LAS SEXPERTAS: NOS CONFESAMOS... HACER UN TRÍO E[illegible]OS ENCANTA

H®

PARA HOMBRES

PARA SU VENTA A MAYORES DE 18 AÑOS

FOTÓGRAFOS DE SMARTPHONE

COMPARTEN A SUS MUJERES

EN LAS REDES SOCIALES

NEGOCIO DE MUERTE

TRÁFICO DE ARMAS EN MÉXICO

PARA ECHAR UNA MANO

DONACIÓN DE ESPERMA

TE DECIMOS CÓMO Y EN DÓNDE

AMANDA ROSA

SUPERA SU PRIMERA VEZ



PAMELA



JULIETA



INGRID

DIVINAS PROMESAS

GENÜ JULIO 2014 $35.00 / USA $5.99



ISSN: 1665-2274

PRINTED IN MEXICO



H®
PARA HOMBRES

Editorial

No queríamos caer en la trillada y clásica frase de que las segundas partes pueden ser mejores que las primeras, pero fue inevitable.
La vez anterior nos quedamos con muchas ganas de ver más de Amanda Rosa, así que insistimos hasta conseguir tenerla de vuelta. Por supuesto, la sesión superó nuestras expectativas y quedamos muy satisfechos con el resultado; estamos seguros de que ustedes también estarán agradecidos por estas imágenes. En cuanto al resto del número, exploramos varios ámbitos para tener una edición completa y divertida, desde los mitos y verdades de la donación de esperma, hasta encontrar a los mejores fotógrafos aficionados en Instragram, pasando -claro está- por nuestras tradicionales secciones como "Sexpertas", en donde ellas nos dicen qué, cómo, cuándo y dónde hacer un buen trío. Ya pasamos la primera mitad del año y esperamos superarnos con creces en la segunda.

ATENTAMENTE
LOS EDITORES

JULIO / No. 182

VIDEO EXCLUSIVO

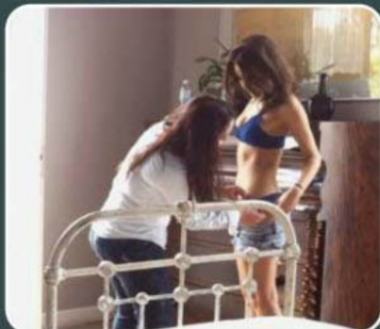


ESCANEA EL CÓDIGO CON TU SMARTPHONE O TABLET

CONTENIDO JULIO / 2014

DETRÁS DE CÁMARAS







H PARA HOMBRES (USPS 024-193) JULY 2014 VOL. 7. ISSUE 168 IS PUBLISHED MONTHLY WITH 6 ADDITIONALS ISSUES OF H PARA HOMBRES "EXTREMO ISSUE" PUBLISHED IN FEB, APR, JUN, AUG, OCT & DEC BY NOTMUSA S.A. DE C.V. AV. PERIFERICO SUR 4293, COLONIA JARDINES EN LA MONTA;A, C.P. 14210 MEXICO, D.F. DELEGACION TLALPAN. PRINCIPAL US OFFICE: MAYA PUBLISHING GROUP, LLC 419-421 MICHIGAN AVE, MIAMI BEACH, FL. 33139. PERIODICALS POSTAGE PAID AT MIAMI, FL AND ADDITIONAL MAILING OFFICES. POSTMASTER: SEND ADDRESS CHANGES TO H PARA HOMBRES: MAYA MAGAZINES, INC. PO BOX 190878, MIAMI BEACH, FL. 33119-0878. FOR SUBSCRIPTION QUERIES CALL 1-866- 886-6827 OR (305) 532-0204 EXT. 1210. H PARA HOMBRES IS PRINTED IN REPRODUCCIONES FOTOMECANICAS, S.A. DE C.V. DEMOCRACIAS NO. 116 COL. SAN MIGUEL AMANTLA, DELEGACION AZCAPOTZALCO C.P. 02700, MEXICO, D.F. AND DISTRIBUTED BY NOTMUSA TEL (305)532-0204. H PARA HOMBRES HAS A PENDING REGISTRATION OF TRADEMARK, REPRODUCTION IN WHOLE OR IN PART WITHOUT WRITTEN PERMISSION IS PROHIBITED. H PARA HOMBRES IS NOT RESPONSIBLE FOR ITS COLLABORATORS'S POINT OF VIEW. IN COMPLIANCE WITH UNITED STATES CODE, TITLE 18, SECTION 2257, ALL MODELS, ACTORS, ACTRESSES AND OTHER PERSONS APPEARING IN ANY VISUAL DEPICTION OF CONTENT WHETER ACTUAL SEXUALLY EXPLICIT CONDUCT, SIMULATED SEXUAL CONTENT OR OTHERWISE, PUBLISHED IN H PARA HOMBRES (COLLECTIVELY "H PARA HOMBRES") WERE AT LEAST EIGHTEEN (18) YEARS OF AGE AT THE TIME SUCH DEPICTIONS WERE CREATED. ALL OTHER VISUAL DEPICTIONS PUBLISHED IN H PARA HOMBRES ARE EXEMPT FROM THE PROVISION OF 18 U.S.C. SECTION 2257 AND 28 C.F.R. 75 BECAUSE SUCH VISUAL DEPICTIONS DON'T CONSIST OF DEPICTIONS OF CONDUCT AS SPECIFICALLY LISTED IN 18 U.S.C. SECTION 2256 (2)(A) THROUGH (D), BUT ARE MERELY DEPICTIONS OF NON-SEXUALLY EXPLICIT NUDITY, OR ARE DEPICTIONS OF SIMULATED SEXUAL CONDUCT, OR ORE OTHERWISE EXEMPT BECAUSE THE VISUAL DEPICTIONS WERE CREATED PRIOR TO JULY 03, 1995. RECORDS REQUIERED TO BE MAINTAINED FOR SUCH MATERIALS PURSUANT TO 18 U.S.C. 2257 AND 28 C.F.R. 75 ARE KEPT BY OUR CUSTODIAN OF RECORDS: H PARA HOMBRES-NOTMUSA S.A. DE C.V. GISELLE ARELLA FLORES, GENERAL COUNSEL-DIRECCION JURIDICA, AV. PERIFERICO SUR 4293, COLONIA JARDINES EN LA MONTAÑA; A C.P. 14210, MEXICO D.F.

H PARA HOMBRES

ARTE Y TALENTO
Francisco Heredia Macías
DIRECTOR ARTÍSTICO
Francisco Javier Chávez
DIRECTOR DE ARTE
Christian Villegas
COORDINADOR DE PRODUCCIÓN DE TALENTO

EDITORIAL
Rodrigo Álvarez
DIRECTOR EDITORIAL ADJUNTO
René Téllez Lendech
EDITOR EN JEFE
Juan Monroy
JEFE DE REDACCIÓN

DISEÑO
José Luis Alcázar
EDITOR GRÁFICO
Jesús Cruz
DISEÑO
Efraín Juárez Duarte
BECARIO, ASISTENTE DE DISEÑO

FOTOGRAFÍA
Carlos Magaña
COORDINACIÓN DE PRODUCCIÓN FOTOGRÁFICA
Sonia García
COORDINADORA DE FOTOGRAFÍA
Humberto Pacheco
TRÁFICO Y PREPRENSA
Luis Héctor García A.
David Saldaña
Eduardo Díaz
Víctor Valencia
RETOQUE DIGITAL
Ricardo Camacho
Guillermo Piña
ILUSTRACIÓN

COLABORADORES
Mariana Gallardo, Adriana Zepeda, Norberto García, Gianfranco De Cesco, Patty López



• Director de Circulación
Jorge Morett López

• Coordinador de Producción
Erik Flores Benítez

• CONTACTO COMERCIAL DF
publicidadH@notmusa.com.mx
TEL. 9140 9500 EXT. 1764

• CONTACTO COMERCIAL GUADALAJARA
publicidadgdl@notmusa.com.mx
TEL. (33)3001 4400 EXT. 4121

• CONTACTO COMERCIAL MONTERREY
publicidadmty@notmusa.com.mx
TEL. (88)8124 0000 EXT. 2580

• Recursos Humanos Notmusa
rh@notmusa.com.mx



H PARA HOMBRES® D.R.©. Publicación mensual editada por: Notmusa, S.A. de C.V. Domicilio de la publicación: Periférico Sur No. 4293, Colonia Jardines en la Montaña, Delegación Tlalpan, C.P. 14210, México D.F. Certificado de Reserva de Derechos al Uso Exclusivo expedido por el Instituto Nacional del Derecho de Autor a través de la Dirección de Reservas de Derechos: 04-1999-072910272700-102. ISSN: 1665-2274. Certificado de Licitud de Título expedido por la Secretaría de Gobernación a través de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas: 11157. Certificado de Licitud de Contenido expedido por la Secretaría de Gobernación a través de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas: 7786. Editor responsable: Rodrigo Álvarez Medina. Impresa por: Grupo Gráfico Arenal, S.A de C.V., con domicilio en: José María Agreda y Sánchez No. 223, Colonia Tránsito, C.P. 06820, México D.F. Fecha de impresión: 20 de junio de 2014. Distribuida en puestos de periódicos en el D.F. por: Ediglobo, S.A. de C.V. con domicilio en: Av. 16 de Septiembre No.100, Pueblo de los Reyes Iztacala, Tlalnepantla de Baz, Estado de México. C.P. 54080, México D.F. Los artículos y el contenido editorial son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente el punto de vista de la publicación, ni de la editorial.

>> Sé nuestro amigo. Escríbenos a www.facebook.com/revistah.oficial

INBOX

Contáctanos a **revistah@notmusa.com.mx** Queremos saber tu opinión, recibir tus comentarios, sugerencias y hasta tus quejas. Todo lo que digas podrá ser usado a tu favor.



ENCIMA DE LOS DEMÁS

"WOOOOOW"

Qué buena portada se aventaron este mes; solo queda decir "wow". Les propongo algunos nombres y ojalá puedan tener a alguna de estas chicas: Altair Jarabo, Natalia Juárez,y Zoraida Gómez. En cuanto a ciertos comentarios que ponen algunos "lectores", no les hagan caso, la neta ustedes tienen las mejores fotografías; otras publicaciones están por debajo de ustedes.

ATTE. ÓSCAR A. MORENO FRAGOSO

RESPUESTA

Estimado Óscar, agradecemos tus palabras y tu gusto sobre la edición donde salió la bellísima ZULEYKA; ya que tuvimos el tino de presentarla justo en un mes cálido de verano. El gesto de escribirnos lo valoramos , ya que nos anima para seguir siendo la revista masculina de mayor venta, pues sus comentarios nos hacen crecer en lo profesional , así que no dejen de decirnos lo que piensan. ¡Saludos *brother*!

POR BUEN CAMINO

Les mando un saludo desde el bello puerto jaibo. Soy fiel seguidor desde hace muchísimo tiempo. Mi sugerencia es que pongan en su portada a las chicas de *Las noches del futbol*, un programa de multimedios transmitido desde Monterrey (Sandra, Emma Huevo, Anel, Rubí y Miss Linares). Sigan así, porque son la mejor revista para hombres. **ATTE. FREDO**

RESPUESTA

Agradecemos mucho tu correo y nos da gusto saber que desde un puerto tan bello nuestra publicación tiene una presencia muy especial, y más padre es para nosotros contar con fieles lectores. Por otro lado, tus propuestas de las chicas regiomontanas son muy atinadas y esperamos pronto darte una sorpresa y tener nuevas revelaciones para que les sigan robando suspiros a los cuates de aquella hermosa región de la República Mexicana. Se los dejamos de tarea para el área de Talento Artístico.

¿TE PERDISTE ALGUNA H?

LLÁMANOS AL TELÉFONO (55) 15-00-65-50, EXT. 3743 PARA CONSEGUIR NÚMEROS ATRASADOS.



OJO CRÍTICO

Este año ha estado lleno de grandes decepciones y malas decisiones de su parte. Antes me gustaba mucho la revista, pero de un tiempo para acá siento que no dan una. ¿Dónde quedaron las grandes estrellas que ponían en la portada? Tienen mucho trabajo por hacer; yo soy un fiel seguidor de la revista y a pesar de todo siguen siendo los mejores; sin embargo, no se duerman en sus laureles. **ATTE. RAÚL GÓMEZ**

RESPUESTA

Estimado Raúl, apreciamos tu sinceridad y tus comentarios. Así como valoramos los halagos, también apreciamos las críticas constructivas, ya que es la única manera en la que podemos mejorar nuestro trabajo. Tenemos grandes planes para lo que resta del año. Ojalá te gusten.

SIEMPRE FELIZ

Escribo desde Toluca para felicitarlos, pues sin duda son la mejor revista para hombres y no payasos. Comencé a ser lector y fan desde el 2004, y me gustaría que publicaran mi correo para felicitar a mi novia que se tituló de enfermera. Gracias por hacernos tan felices. **ATTE. HÉCTOR XAVIER "HOUSE"**



RESPUESTA

Mi buen Héctor, con esa actitud es como trabajamos día con día en equipo, sumando el esfuerzo y el talento para que cada edición sea única; ese es nuestro sello distintivo y nos da gusto saber que podemos contribuir a la felicidad entre "parejas". Enhorabuena por la graduación de tu chica. ¡Saludos!



LA MEJOR FOTO DEL MES

RIHANA

¡NUNCA CAMBIES!

+ **NOMBRE REAL:** ROBYN RIHANNA FENTY
+ **CUMPLEAÑOS:** 20 DE FEBRERO
+ **LUGAR DE NACIMIENTO:** SAINT MICHAEL, BARBADOS
+ **MEDIDAS:** 86-58-88
+ **ESTATURA:** 1.73 M
+ **DELITO:** *BILLBOARD* LA NOMBRÓ LA ARTISTA HOT 100 DE LA DÉCADA DE 2010; EN 2012, *FORBES* LA CLASIFICÓ COMO LA 4A CELEBRIDAD MÁS PODEROSA Y ESE AÑO *TIME* LA NOMBRÓ UNA DE LAS 100 PERSONAS MÁS INFLUYENTES DEL MUNDO.
+ **COARTADA:** POSEER UNA ANATOMÍA EXTRAORDINARIA, LA CUAL LUCE CON ATUENDOS SOFISTICADOS, CANDENTES *SHORTS* O DIMINUTOS BIKINIS.
+ **ÚLTIMOS HECHOS:** RECIBIÓ EL PREMIO ÍCONO DE LA MODA 2014 DE EE.UU. CON UN VESTIDO DE MALLA ADORNADO CON MILES DE CRISTALES.

>> Volocopter es el primer helicóptero eléctrico de dos plazas y 18 hélices.

18 ROTORES ELÉCTRICOS LO HACEN VOLAR

VOLOCOPTER: EL FUTURISMO AÉREO

A partir de 2015 será producido en serie como una opción "limpia" para el mercado aeronáutico.

Este artefacto es un transporte que promete revolucionar la industria aérea, ya que su fabricación -de origen alemán- es un nuevo concepto que ha pasado la fase de prueba en el hangar de la ciudad de Karsruhe. Sus creadores (Stephan Wolf, Thomas Senkal y Alexander Zosel) aseguran que la aeronave será fácil de tripular, pues fue ideada para ser maniobrada de manera sencilla mediante una palanca de mando: un *joystick* ubicado en la posición del piloto, además de que su estructura circular de 10 metros, a la cual se unen pequeños rotores cuyos soportes reducen la tensión en cada uno de ellos, hace que se mantenga en el aire con facilidad. El vehículo será libre de emisiones contaminantes y podrá ser abastecido con energías de fuentes renovables, lo cual lo hace innovador y amigable.



1 AÑO Y MEDIO SE TARDARON LOS INGENIEROS ALEMANES EN FABRICAR EL PROTOTIPO E-VOLO.

+ Sthepan Wolf trabajó durante 25 años como ingeniero de *software* para materializar su sueño e imaginar el futurismo de esta máquina voladora.

+ Volocopter podrá transportar dos personas y mantenerse en vuelo más de una hora; su velocidad será de 100 km/h y alcanzará la altura de 20 m.



EN 2015 SE LANZARÁ AL MERCADO EL VOLOCOPTER VC200.

E-VOLO: UN PROTOTIPO

Desde su inicio el proyecto se lanzó a modo de prototipo volando en vacío, es decir, sin tripulante y con baterías que solo le permitió volar durante veinte minutos. E-volo se convirtió en una premisa tecnológica que revolucionaría la aviación; su sistema de pilotaje consta de un detector de obstáculos automático que se activa mediante sensores y diversos GPS, permitiendo mantenerse con seguridad en el aire.



TECNOLOGÍA ALEMANA A FAVOR DEL MEDIO AMBIENTE.

TECNOCIENCIA: PASADO Y PRESENTE

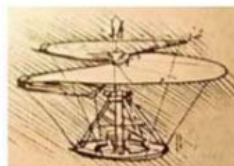
Fly Citycopter

+ Eduardo Galvani, artista visual brasileño, diseñó este vehículo aéreo como una nave de uso cotidiano. La combinación de ventiladores y motores se logra mediante electricidad.



Helicóptero Da Vinci

+ El modelo de Leonardo consistía en un vehículo que tenía un rotor helicoidal, mismo que hacía girar el espetón con lo que se generaba aire caliente para impulsar un asta de palas.



Helicóptero Autogiro

+ Este artefacto fue inventado en 1924 por el ingeniero español Juan de la Cierva, quien desarrolló el rotor articulado, que después usarían los helicópteros para realizar su desplazamiento.



JUL 2014



02 1944 En la Segunda Guerra Mundial la Alemania de Hitler lanza sobre Inglaterra los primeros misiles de crucero en la historia, las V-1.



04 1776 El presidente del Congreso, John Hancock, firma la Declaración de Independencia de los 13 estados de EE.UU.



05 1946 Louis Reard, diseñador de moda francés, presenta el "bikini"; se bautiza así porque EE.UU. realiza pruebas nucleares en las islas Bikini.



>> Desde los años 60, en pleno movimiento *hippie*, empezó a practicarse.



ARMONÍA DE CUERPO Y MENTE

¡YOGA EN CUEROS!

Para acercarnos a este movimiento -que está adquiriendo muchos adeptos a nivel mundial- hay que preguntarnos qué es y dónde surge.



REALIZAR YOGA DESNUDOS AYUDA A LA AUTOCONFIANZA Y A EXPERIMENTAR UNA SENSACIÓN DE LIBERTAD.

¡PRECAUCIÓN!

Ten cuidado, ya que hay mucho libidinoso -como tú comprenderás- que acude a las clases para ponerse jarioso ante la desnudez de las chicas.

Las palabras "Naga Sadhu" significan "desnudo y renuncia al mundo por completo"; en este sentido el Yoga al Desnudo se define como una disciplina física y mental originaria de la India, cuyos impulsores, Monika Werner y Joschi Schwarz, alemanes creadores del Bold & Naked, afirman que esta disciplina es muy cómoda y que ayuda a adquirir confianza en uno mismo. De hecho están convencidos de que esta modalidad de yoga permite una liberación fuera de lo común y afirman que la desnudez elimina todo sentido de la restricción sobre el cuerpo; además de que aumenta la sensación de libertad psicológica, objetivo que persigue el "Yoga al Desnudo" para realizar "asanas" sin inhibiciones, alejados de cualquier connotación sexual.

+ LOS LUGARES donde se puede practicar yoga al desnudo son algunas ciudades como Nueva York, Boston, San Francisco, Los Ángeles y Salt Lake City.

+ LA PRÁCTICA de yoga al desnudo se ha puesto de moda en el estudio neoyorquino Bold & Naked, espacio donde se realiza de manera vibrante en medio del urbanismo citadino.

+ YOGA al desnudo tiene sus restricciones: a las mujeres no se les pone límite de edad, pero los hombres menores de 21 años y mayores de 58 no pueden acceder a las clases.

+ CLASES pensadas para otorgar a los alumnos una nueva forma de celebrar sus cuerpos, sin intenciones sexuales.

DEPORTES AL DESNUDO



+ En Inglaterra se llevó a cabo la primera competencia de "Ping-Pong" al desnudo en el club social Bounce; al evento acudieron bellas modelos despojadas de su ropa interior.



+ La colombiana Katty Guzmán demostró que el alpinismo no está peleado con la sensualidad y la belleza, decisión que la proyectó para convertirse en una de las pocas mujeres en escalar el Everest en 2007.



+ En la localidad alemana de Cochstedt se llevó a cabo la 5a edición de la competencia de Trineo Semidesnudo, la cual convocó a múltiples participantes de países europeos.

JUL 2014



08 1563 En el valle del Guadiana, el conquistador español Francisco de Ibarra funda la villa de Durango (actual capital del estado de Dgo.).



11 2010 En Sudáfrica, la selección española de futbol se convierte en el 8° país en conquistar un Mundial (derrota a Holanda 1-0).



14 1995 En el Instituto Fraunhofer, de Alemania, investigadores llaman ".mp3" a la extensión de un nuevo formato de audio digital comprimido.


PERMANEZCAN JUNTOS O ENFRENTEN LA EXTINCIÓN

>> Los hombres que rebasan los 75 años es porque siguen teniendo sexo (estudio sueco).

TE LA HACE MÁS LARGA...

SEXO PROLONGA LA LONGEVIDAD

El acto sexual, si se hace con frecuencia, beneficia la salud tanto del hombre como de la mujer.



Tipos de orgasmo:

- **ASMÁTICO:** Ahh... ahh.. ahh!
- **MATEMÁTICO:** ¡Más, más, más, más!
- **GEOGRÁFICO:** ¡Aquí, aquí, aquí, aquí!
- **RELIGIOSO:** ¡Ay, Dios mío!!
- **SUICIDA:** ¡Me muero, me muero!
- **CLARIVIDENTE:** Me voy a veniiiiir.



Un estudio reciente de la Universidad de Queens, en Irlanda del Norte, afirma que los hombres que tienen relaciones sexuales tres veces o más a la semana, prolongan sus años de vida en un 50%; en contraste, otro estudio reveló que el no tener vida sexual activa pone en riesgo la salud de las mujeres, aumentando la probabilidad de convertirse en víctimas de un paro cardiaco; así lo indicó la autora del estudio Issa Dahabreh.

En relación a tal afirmación, otro estudio demuestra que los hombres más activos sexualmente reducen el riesgo de muerte a la mitad, comparado con los que tienen sexo con menos frecuencia; esto lo afirmó el Dr. Michael Roizen, director de The Wallness Institute en Cleveland Clinic, quien además mencionó que el hombre que tiene 350 orgasmos al año vive cerca de 4 años más y se siente 8 años más joven que sus contemporáneos. También el Dr. Michael mencionó que el hombre en promedio debería tener 600 orgasmos al año, los cuales le podrían agregar 8 años de vida.

Por su parte la profesora Beverly Whipple, co-autora del libro *La ciencia del orgasmo*, concluye que las relaciones sexuales aumentan la longevidad.



350 ORGASMOS AL AÑO TE HACE VIVIR CERCA DE 4 AÑOS MÁS Y TE HACE VER 8 AÑOS MÁS JOVEN.

BENEFICIOS A LA SALUD MASCULINA:



Agudiza el olfato: Después del sexo, aumenta la producción de hormonas prolactinas.



Reduce riesgos cardíacos: Tener sexo 3 veces por semana reduces ataques al corazón.



Alivia dolores: El orgasmo produce oxitocina y libera endorfinas benéficas para el cuerpo.



Próstata sana: Con la expulsión del semen también se desechan sustancias cancerígenas.

JUL 2014



20 1969 Tras cuatro días de viaje a bordo del Apollo XI, el norteamericano Neil Armstrong se convierte en el primer hombre en pisar la Luna.



21 1983 La estación antártica de Vostok registra la temperatura más baja jamás alcanzada en el planeta: 89.2 ° C bajo cero.



23 1958 El "Nautilus", primer submarino nuclear, sale de Pearl Harbor para ser el primer sumergible en llegar al Polo Norte (3 de agosto).

REPRODUCEN CUALQUIER FIGURA

IMPRESORAS EN 3A. DIMENSIÓN

La fabricación de productos con impresión 3D ha revolucionado la ciencia y la tecnología. ¡Aquí unos casos impactantes!

La impresión 3D, conocida también como manufactura aditiva, está ganando adeptos en muchos campos productivos. Su proceso consiste fabricar un objeto tridimensional a partir de un modelo digital desarrollado en computadora, por lo que su tecnología está siendo utilizada en joyería, calzado, diseño industrial, arquitectura, construcción, industria automotriz, ingeniería aeroespacial, industrias médicas y dentales, sistemas de información geográfica e ingeniería civil.
Ahora échale un vistazo a estas aplicaciones, que te dejarán con el ojo cuadrado.

HUELLAS DE LA IMPRESIÓN

1938
Se publica *The Culture of the Organs*, de Alexis Carrel, Premio Nobel de Medicina en 1912; es el primer libro que propone la tecnología 3D.

1998
Crean el primer audífono para combatir la sordera y la primera prótesis de una tablilla traqueal en impresión 3D.

2014
La compañía Organovo presenta el primer hígado fabricado con impresión 3D.


SIN LA 3D HUBIERA SIDO IMPOSIBLE IMPLANTAR EL CRÁNEO ENTERO.

CRÁNEO DE PLÁSTICO



Este año una mujer holandesa, de 22 años y afectada por una enfermedad de los huesos que le hacía aumentar el tamaño del cráneo, se convirtió en el primer paciente en el mundo al que se le ha implantado la totalidad del cráneo, el cual fue elaborado con plástico mediante una impresora 3D. Gracias a esa tecnología y a los cirujanos del Hospital Universitario de Utrecht, que estuvieron con ella en el quirófano 23 horas, pasó de estar en peligro de muerte a recuperar su vida cotidiana sin ningún tipo de dolencias.


SE TOMARON MEDIDAS EN 3D PARA UBICAR LAS PARTES A SUSTITUIR.

RECONSTRUCCIÓN DE ROSTRO



El Hospital Morrison de Swansea en Gales, Reino Unido, realizó la primera cirugía facial utilizando un escáner tomográfico para crear el modelo de un rostro simétrico con la idea de reconstruirlo. El paciente Stephen Power, cuyo rostro quedó gravemente dañado en un accidente de moto, fue el primer hombre del mundo sometido a este tipo de reconstrucción.


ESTOS IMPLANTES TOMARON EL LUGAR DE LAS ZONAS DAÑADAS.

EL LADO OSCURO DEL 3D

+ Las impresoras 3D generan residuos peligrosos para el medio ambiente; sin embargo, su aplicación médica justifica su uso masivo.

+ Los residuos que genera esta tecnología se deben desechar en contenedores especiales y depositarse en sitios específicos establecidos por autoridades.

RÉPLICAS DE COLUMNA



El doctor mexicano Javier Munguía desarrolló en la Universidad de Newcastle, Inglaterra, réplicas de la columna vertebral creadas con impresión 3D; esto lo hizo con el fin de apoyar a pacientes que han tenido traumatismos y problemas físicos, además de idear aparatos ortopédicos hechos con la misma técnica.

PIEL SINTÉTICA



Investigadores de la Universidad de Liverpool, desarrollaron la primera piel sintética del mundo generada por medio de la impresión 3D. Esta puede ser adaptada a las personas en función de su edad, sexo y grupo étnico; sin embargo aún se está lejos de lograr una apariencia real con respecto a la piel humana.

>> La NASA creó un inyector de cohete por impresión 3D, ahorrando 70% de su costo.

MODELOS DIGITALES

También la tecnología 3D está siendo utilizada por la industria del deporte y el entretenimiento para crear los modelos digitales en calzado, películas y videojuegos; por ejemplo la empresa de juguetes LEGO ha expresado su afinidad por este tipo de nuevas tecnologías en impresión para impulsar su desarrollo.

NIKE REALIZA MODELOS DE CALZADO EN 3D PARA FIGURAS DEL DEPORTE.

OÍDO BIÓNICO

EL OÍDO BIÓNICO SE COLOCA SOBRE LA OREJA POTENCIALIZADA.

Especialistas de la Universidad de Princenton crearon el primer oído biónico capaz de detectar decibeles más altos que un oído normal; para ello utilizaron células de vacas mezcladas en un gel líquido por medio de la impresión 3D, lo cual dio como resultado un oído biónico que posee una textura suave y translúcida. Cultivado por diez semanas en un laboratorio permite que las células animales adquieran un color natural y un tejido firme similares a los de un oído verdadero.

CEREBRO

Investigadores de Alemania y Canadá crearon el proyecto BigBrain, el cual consiste en la reconstrucción del cerebro humano completo, a detalle microscópico. Para la neurociencia ha sido un paso gigante, ya que se integran datos a nivel celular, así como receptores y neurotransmisores con expresión genética de manera realista y exageradamente detallada.

IMAGEN TRIDIMENSIONAL DEL CEREBRO HUMANO.

CORAZÓN

Científicos del Hospital Infantil de Kosair, en Louisville (EE.UU.) crearon el primer corazón 3D que sirvió como modelo para reconstruir bombas de sangre mediante una impresora MakerBot, mientras que en Europa médicos franceses del hospital Georges Pompidou practicaron el primer trasplante de corazón artificial hecho a partir de tejidos biológicos.

+ Algunas personas utilizan esta tecnología para hacer reproducciones ilegales de piezas patentadas o protegidas legalmente, y que se venden en el mercado negro.

+ Esta tecnología aún es muy cara, por lo que los tratamientos médicos que la emplean no están al alcance de la mayoría de la población.

+ Con esta tecnología se pueden elaborar drogas diseñadas a nivel químico y molecular (son más dañinas para la salud).

+ La producción de armas de manera masiva está afectando a diversos gobiernos en el mundo, ya que son indetectables.

ESTA PISTOLA ESTÁ ELABORADA CON PLÁSTICO MUY DURO.

ARMAMENTO

La compañía Defense Distribuited creó una pistola con impresión 3D compuesta por 16 piezas; 15 de ellas formadas por capas de plástico resistente al calor y una sola de hierro. Su fabricación fue posible mediante la técnica de fritado láser, que consiste en calentar polvo metálico para aglomerar la materia; de la misma forma se creó el rifle Lower Receiver, que tardó siete horas para imprimirse en un modelo de impresora 3D Connex para luego ser montado en un rifle M 16.

OJOS BIÓNICOS

Científicos de la Universidad Cambridge han fabricado células oculares de ratas para reparar daños en la retina humana; los logros alcanzados hasta el momento son la creación de células de la retina encargadas de transmitir información desde el ojo a ciertas partes del cerebro.



Julieta MORENO

DIVINA APARICIÓN

COMO UNA APARICIÓN INSÓLITA, JULIETA SE PRESENTA ANTE NOSOTROS PARA DESATAR LA MÁS ARDIENTE EXPERIENCIA. SI HAY ALGUIEN PARECIDA A VENUS SALIENDO DE LA ESPUMA... ESA ES JULIETA.

FOTOGRAFÍA
NERI

MODA
CECILIA MEZA

ASISTENTE DE MODA
ESTEPHANY VERDE

MAQUILLAJE Y PEINADO
JANET ROCHER

VIDEO EXCLUSIVO



ESCANEA EL CÓDIGO CON TU SMARTPHONE O TABLET

















H PARA HOMBRES
Nombre: JULIETA MORENO
Medidas: 92-62-92
Lugar de nacimiento: Argentina
Edad: 25 años Altura: 1.73 m



POR GIANFRANCO DE CESCO

¡EL CHICO MÁS GRANDE!

FIAT 500L TRE



KKING BEATS



Es nuestra costumbre presentarles lo más destacado de la industria automotriz y, para cumplir con ese propósito, fuimos a Italia para probar -antes que nadie- al nuevo 500L

Este vehículo nació por la exigencia de acoplar al Fiat 500 a una plataforma más grande, la cual pudiera cumplir con las exigencias de un público que busca un auto más espacioso y también más confortable.
El resultado es el 500L, un automóvil completamente nuevo que heredó del 500 su característico *look*, ganando un espacio interior muy destacable, ya que en él encontramos cinco asientos bastante cómodos y un techo que dispone de gran altura, la cual hace del 500L un auto muy confortable que, visto desde afuera, no imaginaríamos que cuenta con un habitáculo tan generoso.
El Fiat 500L ya está a la venta en los Estados Unidos y nosotros, que siempre vamos un paso adelante, estamos seguros de que muy pronto el grupo Fiat lo pondrá también a disposición del mercado mexicano; especialmente esta versión novedosa que manejamos en Europa: la Trekking, misma que sería perfecta para Mexico gracias a su considerable altura respecto al piso, la cual le permite sortear con desenvoltura baches y topes que, tristemente, también empiezan a aparecer en la bellísima Italia.



FICHA TÉCNICA

Desplazamiento motor: 1,400 cc turbo-gasolina
No. de cilindros: Cuatro
Potencia: 120 caballos de fuerza
Torque: 215 Nm
Transmisión: Manual de seis velocidades
Frenos: De disco (ventilados los delanteros)
Consumo medio: 14 km/l

EXTERIORMENTE SE DISTINGUE POR SU CARROCERÍA BICOLOR, QUE PUEDE SER GRIS/NEGRO O NEGRO/GRIS.

INTERIORES AMPLIOS

En general su habitáculo es bastante amplio y cuenta con aire acondicionado bizona, es decir, que puede ser encendido en diferentes formas según los requerimientos del conductor o del pasajeros. También posee asientos revestidos con una elegante combinación de piel y tela, y los delanteros son calefactables con soporte lumbar eléctrico.
En el volante encontramos los mandos para accionar al poderoso equipo de sonido, y decimos "poderoso" porque la versión que manejamos (la nueva Beats edición) está dotada con un equipo de 520 Watts que posee una increíble calidad sonora. Tuvimos la oportunidad de probar al máximo el volumen de este equipo de gran fidelidad (francamente solo se puede aguantar por un momento) y nunca advertimos distorsiones acústicas. ¡Increíble!
El motor, con el cual será equipado en México el 500L, será con toda seguridad el 1,400 cc turboalimentado de cuatro cilindros, un propulsor muy silencioso que goza de un excelente empuje que le permite alcanzar los 100 km/h en solo 11 segundos.

El 500L rebasa tranquilamente los 180 km/h y logra mantener un razonable consumo de gasolina (alrededor de los 14 km por litro) gracias a su muy eficiente cambio de seis velocidades.

Como los otros 500L Trekking, también la Beats edición goza de los nuevos neumáticos M+S (nieve y lodo) de 17 pulgadas que se desempeñan en forma magnífica sobre el lodo y el piso mojado y resbaloso. En caso de conducir sobre terracería se puede emplear el dispositivo Traction+, que bloquea las llantas que no tienen tracción, y transfirie -en forma automática- toda la potencia del motor a las llantas que sí disponen de agarre al piso.



EL DISPOSITIVO TRACTION+ TRANSFIERE LA POTENCIA DEL MOTOR A LAS LLANTAS CON AGARRE AL PISO.

GRAN CONFORT

Definitivamente el confort es una de sus más valoradas características, ya que gracias a sus nuevos amortiguadores y a la comodidad de sus asientos, el Trekking se mueve con ligereza y logra transformar un terreno accidentado en una pista de terciopelo. La dirección es bastante precisa; sin embargo, existe un amplio margen para mejorarla; por su parte su cambio de seis velocidades es rápido y muy preciso. El Fiat 500L es un automóvil hecho a la medida para que lo disfrutemos en nuestro territorio, por lo que estamos seguros de que muy pronto lo veremos circular en nuestras carreteras y se volverá uno de los autos de punta de la marca italiana.
Hasta pronto amigos y no se pierdan los próximos números de H porque las sorpresas, como están comprobando, nunca acaban. H


SU TAPIZADO ESTÁ ELABORADO CON TELA Y ECOPIEL.

CORTOS FIAT

01 El Fiat 500L nace bajo la estrella de la nueva Fiat, que desde ahora se llamará FCA (Fiat Chrysler Automobil), obviamente siempre bajo el mando italiano.

02 Resultaron muy interesantes los rines negros con las pinzas de los frenos rojas, que son muy visibles.

03 El presidente de los Estados Unidos, Barak Obama, le encargó a la nueva Fiat (FCA) desarrollar a la nueva Bestia, el auto presidencial que se encarga de la seguridad y el traslado del mandatario; posiblemente será una evolución del laureado Maserati Quattroporte con un toque muy americano.


TRAS LOS RINES SE APRECIAN LAS PINZAS ROJAS DE LOS FRENOS.





EL FIAT 500L BEATS EDICIÓN ES UN MONOVOLUMEN CON RITMO JUVENIL DESTINADO AL SEGMENTO MASCULINO.



ESTÁ DOTADO CON FAROS ANTINIEBLA QUE EVITAN ACCIDENTES.


SU RETROVISOR CROMO-SATINADO LUCE UNA FRANJA ESCARLATA.

LINO
LA TELA DEL VERANO

El que estemos en **pleno verano** no justifica que tengamos que perder el estilo. Existen un **sinfín de prendas que puedes usar para mantener** tu *look,* aún cuando haga mucho calor.



Camisa blanca con capucha de **Zara**.

Chamarra de lino de **Zara**.

Fullard de **Bershka**.

Camisa de lino azul aqua de **Zara**.

Camisa azul francés de **Massimo Dutti**.



Mochila de **Zara**.

El lino es la tela oficial del verano, pues es fresca, cómoda y elegante. Existe un sinnúmero de prendas confeccionadas con esta tela que puedes combinar con todo tipo de *look,* según sea la ocasión, es decir, desde un traje para una boda hasta pantalones informales o bermudas para la playa. Aquí te proponemos un *look* que te podría sentar muy bien en estos días veraniegos, en donde el calor arrecia.



Tirantes de **Bershka**.

Pantalón de **Massimo Dutti**.



Alpargatas de **Massimo Dutti**.

Lentes de **Lob**.

Pulsera de **Lob**.

FOTO **MAURICIO OROZCO** / COORDINACIÓN Y PROPUESTA DE MODA **CECILIA MEZA** / PRODUCCIÓN **SONIA GARCÍA**

HERNÁN CORTÉS DESCUBRIÓ CABO SAN LUCAS EN 1535.



LOS CABOS
UN LUGAR ÚNICO Y PARADISIACO...

Playas de arena blanca, sitios para bucear, grandes hoteles, excelente clima y mucha fiesta para disfrutar.

Julio es uno de los mejores meses para viajar a las Los Cabos, pues el clima es soleado y caliente, sin llegar a ser asfixiante; además, como es pleno verano, las dos ciudades que componen este destino están repletas de turistas, y eso significa que a donde voltees te encontrarás con hermosas mujeres en diminutos bikinis, mientras por las noches podrás admirar sus cuerpos bronceados al ritmo de la fiesta. Checa estos *highlights* para que te des un quemón.



PLAYAS

Los Cabos está compuesto por dos ciudades separadas por apenas unos cuantos kilómetros: San José del Cabo y Cabo San Lucas. Cada una de ellas ofrece diferentes atractivos; sin embargo, en las dos y entre ellas, encontrarás playas paradisiacas que no te puedes perder. Aquí tres sugerencias:

+ **Playa médano** es el lugar de moda en Cabo y en donde está toda la acción.
+ **Lover's beach**, o playa de los amantes, está ubicada junto al famoso arco de piedra, símbolo de este destino y solo se puede llegar a ella por lancha.
+ **Chileno** es la playa perfecta para nadar y snorkelear; es un sitio familiar ideal para relajarse.



ECOTURISMO Y BUCEO



A unos 90 kilómetros por carretera está Cabo Pulmo, un parque nacional que a últimas fechas sonó mucho en los medios porque en él se pretendía construir un desarrollo que ya fue descartado. Este parque es el paraíso en la tierra. La infraestructura es rústica y todos los hoteles son pequeños y amigables con el ambiente, aunque el *most* es bucear o snorkelear en el arrecife de coral vivo que existe bajo sus aguas.

COMIDA, TURISMO Y FIESTA

Al ser uno de los destinos favoritos de los visitantes extranjeros en México, su oferta culinaria también es una de las más extensas y variadas. En sus calles, plazas y hoteles puedes encontrar cualquier tipo de comida; las cocinas son buenas, aunque un tanto caras. Lo mejor es la gastronomía regional y los fabulosos tacos de langosta y pescado hechos en El Parguito, ubicado en el Pueblo Mágico de Todos Santos. ¡A gozar! H



EL HOTEL CALIFORNIA EN TODOS SANTOS ES UN SITIO QUE NO DEBES PERDERTE.

* BÁSICOS

+ Tienes que decidir qué medio de transporte usarás; las compañías aéreas ofrecen atractivos paquetes de viajes redondos.
+ Debes revisar tus documentos y tenerlos en un lugar accesible, por si hay necesidad de usarlos en diversos trámites.

TECNOLOGÍA PARA PONERSE EN FORMA

GADGETS DEPORTIVOS

¡Sin pretextos para ejercitarte! Con estos dispositivos sabrás tu avance y qué debes mejorar, mientras escuchas tu música.

>> EL MÁS SIMPLE

SCOSCHE RHYTHM PULSE MONITOR

Monitor cardiaco simple, práctico y funcional; consta de tres botones y se sincroniza con un *smartphone* a través de una app que te da un informe de tu actividad; además controlas música y funciones del teléfono.

LO BUENO: Se lleva en la muñeca como cualquier reloj y monitorea los aspectos básicos del entrenamiento.

LO MALO: Sí o sí necesitas un *smartphone* para poder usarlo y llevarlo contigo en todos los entrenamientos.



PRECIO APROX. 1,300 PESOS

>> PRECISIÓN ABSOLUTA

GARMIN FORERUNNER 620 GPS



PRECIO APROX. 8,000 PESOS

Es una verdadera máquina de monitoreo del cuerpo: mide el ritmo cardiaco, la cantidad de oxígeno, tiempo de contacto con el suelo y oscilación vertical. Tiene además un monitor GPS sumamente preciso.

LO BUENO: Puedes llevar un registro de tu entrenamiento y los progresos que tienes.

LO MALO: Es tan sofisticado que toma un tiempo entender todas sus funciones.

>> TODO EN UNO

FIT SPORTS CASE



PRECIO APROX. 400 PESOS

Práctico y funcional; puedes guardar tu *smartphone*, llaves, dinero y tarjetas sin riesgo de que se mojen. Está fabricado en tela resistente e impermeable. De venta en conocida tienda en línea que desde unos meses tiene presencia en México.

LO BUENO: Llevar en el brazo todo lo que necesitas es muy práctico y cómodo.

LO MALO: Debes lavarlo con regularidad para evitar que desprenda malos olores.

>> SIN CABLES

YURBUDS HEADPHONES



PRECIO APROX. 1,680 PESOS

Son los audífonos inalámbricos para corredores más cómodos y confortables que hay en el mercado, ya ue los auriculares se adaptan al oído y prácticamente no se sienten. Poseen una buena calidad de audio y funcionan con bluetooth compatible con cualquier *smartphone*.

LO BUENO: Te olvidarás de los molestos cables que cuelgan por tu cuello y podrás correr de manera ágil y cómoda.

LO MALO: Estos audífonos funcionan con una batería recargable, por lo que a media carrera se pueden apagar.

>> *FITNESS* PARA LLEVAR

TAO WELLNESS



PRECIO APROX. POR ANUNCIAR

Es un *gadget* ideal para corredores porque se lleva en la palma de mano y registra el esfuerzo y los pasos; demás –al presionarlo– mide la fuerza. Cuenta con un sistema de ejercicios isométricos que puedes aplicar a fin de tonificar distintas partes del cuerpo. Requiere una app disponible en iOS y Android.

LO BUENO: Su funcionamiento es muy simple y son fáciles de interpretar sus datos.

LO MALO: A algunos corredores les resulta incómodo cargar un dispositivo en la mano.

CHECA LOS NUEVOS TÍTULOS

DISFRUTA A LO GRANDE...

ESTRENOS DE CINE, DVD QUE SALEN AL MERCADO, VIDEOJUEGOS Y TELEVISIÓN POR STREAMING.

LIBROS

+ BALÓN DIVIDIDO

JUAN VILLORO
Este es un libro recopilatorio de crónicas deportivas, el cual abarca figuras actuales del futbol mundial, haciendo una conexión entre el deporte y la literatura con la finalidad de generar debates en este año mundialista.

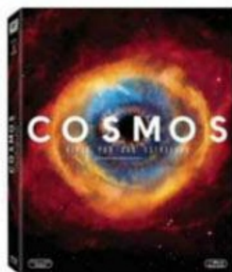


DORADA: UN VIAJE DE SEXO Y LITERATURA

DAVID MIKLOS
Dorada es la fantasía de un hombre por encontrar y fundirse con la mujer que le provoca toda clase de sensaciones, mismas que le asegurarán experimentar placeres inimaginados que lo llevarán al éxtasis.

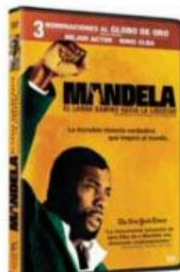


DVD Y BR



+COSMOS: A SPACETIME ODYSSEY SEASON 1

DIR. BRANNON BRAGA (2014)
Serie inspirada en la visión científica de Carl Sagan sobre el universo, que constituye un viaje a los misterios del cosmos. Descubre cómo, acorde a las leyes de la naturaleza, encontramos nuestro lugar en el tiempo y el espacio.



+MANDELA: EL LARGO CAMINO HACIA LA LIBERTAD

DIR. DIR. JUSTIN CHADWICK (2013)
Basada en la autobiografía de Madiba, el filme es una crónica sobre su vida y los 27 años que estuvo en prisión antes de convertirse en Presidente y trabajar por su país.

TRIVIA Llévate un DVD o BR de estos dos títulos, así como de *Sorpresas a domicilio*; pídenos uno de ellos y escribe tu nombre completo a trivias_h@notmusa.com.mx (solo D.F.).

VIDEOJUEGOS

+ UFC

XBOX ONE Y PLAYSTATION 4
Con este juego de Electronic Arts (EA) podrás pisar el Octágono y revivir el combate épico reconocido como la Pelea del Año 2013, ya sea con el campeón de peso semicompleto, Jon Jones, o como su retador, Alexander Gustafsson. ¡No te la vas a acabar!



+ KICK-OS



DISPOSITIVOS MÓVILES
Juego de Anima Studios que consiste en penaltis donde cada nivel las reglas cambian. ¡Balones de fuego y porterías fantasma!

DOS DE NETFLIX



+ EL EXTRAÑO CASO DE BENJAMIN BUTTON

ESTRENO: 1 de julio
Benjamin es un hombre que nació en 1918 con el aspecto físico de un anciano de 80 años, con el paso del tiempo rejuvenece y conoce a Daisy, una niña con la que crece y después se enamora.



+ MATA-MATA: EL GOL DE LA VIDA

ESTRENO: 1 de julio
Documental que narra historias acerca de jugadores jóvenes, sus familias y agentes. Presenta a futbolistas brasileños que enfrentan momentos cúspides de sus carreras.



CINE

+EL PLANETA DE LOS SIMIOS: CONFRONTACIÓN

CHERNIN ENTERTAIMENT
ESTRENO: 25 de julio
CON: Andy Serkis, Jason Clarke, Gary Oldman y Keri Russell.

Una creciente nación de simios mejorados genéticamente y dirigidos por César se verá amenazada por un grupo de humanos sobrevivientes por un devastador virus. La guerra entre bandos determinará qué especie dominará la Tierra.



+CASI UN GIGOLÓ

ANTIDOTE FILMS
ESTRENO: 4 de julio
CON: John Turturro, Sharon Stone, Sofía Vergara, Woody Allen y Vanessa Paradis.

Por sugerencia de su amigo, Fioravante entra a trabajar en la profesión más antigua del mundo y termina por encontrar algo que no sabía que estaba buscando.

TRIVIA



H y la marca inglesa Lee Cooper te regalan una camisa para ir guapo al cine y ligar, si tu correo llega primero a **trivias_h@notmusa.com.mx** (solo Distrito Federal).

>> EL coctel, en días y noches calurosas, despierta un espíritu alegre y festivo.

COCTELES QUE SORPRENDEN

SABORES ÚNICOS CARIOCAS

El origen de la palabra "coctel" viene del inglés *cock´s tail*, que significa "cola de gallo"; su preparación y sabor generalmente sorprenden hasta al más conocedor, ya que la creatividad en su elaboración origina diferentes sabores y aromas. Los cocteles pueden contener, por lo general, uno o más tipos de bebidas alcohólicas o ingredientes como jugos, frutas, salsas, mieles, leche, crema y especias.

1860
Jerry Thomas, conocido como "The Professor", fue considerado abuelo de la coctelería en EE.UU.

También son ingredientes comunes en la preparación de los cocteles, las bebidas carbónicas o refrescos sin alcohol, tales como la soda y el agua tónica.
La diversidad de los cocteles es una excelente opción para acompañar al verano muy al estilo Festa Carioca con la pasión que despierta el Mundial y seguirse con un *after-fest* en compañía de amigos, chicas hermosas y sabores muy novedosos. ¡Pruébalos!

COCTELES AL ESTILO DIAGEO:

CAPIRINHA



+ 1.5 oz de ron Captain Morgan
+ 5 oz de refresco sabor limón
+ 3 rodajas de limón finas

PREPARACIÓN
Añade Captain Morgan y refresco de limón en un vaso high-ball lleno de hielo, remueve con un agitador suave y decora con 3 rodajas de limón finas (si lo deseas, incorpora unas cuántas gotas de limón para darle un toque suave de acidez).

YPIÓCABANA



+ 1.5 oz de cachaça Ypióca
+ 1 limón cortado en trozos
+ 1 cucharada de azúcar
+ Hielo al gusto estilo frappé

PREPARACIÓN
Corta el limón en trozos y machácalos un poco para sacarles el juego.
Añade unas cucharadas de azúcar y hielo. Luego agregar cachaça Ypióca y decora con rodajas de limón.

ZACAMOJITO



+ 1.5 oz de ron Zacapa 23
+ 2 oz de agua mineral
+ 3/4 oz de jugo de limón amarillo
+ 2 cucharadas de azúcar moscabado

PREPARACIÓN
Macera las hojas de menta en un recipiente; añade el ron, hielo y azúcar. Agita de modo que se mezclen los sabores y sirve en vaso old-fashion.

TANQUERAO



+ 1.5 oz de ginebra Tanqueray
+ 3 oz de agua tónica
+ 1 limón entero (exprimido)
+ 1 rodaja de limón

PREPARACIÓN
Llena una copa globo con hielo y coloca una rodaja de limón; agrega Tanqueray y añade agua tónica de manera suave. En la parte superior de la copa unta suavemente un limón en las orillas.

CIROCARIOCA



+ 1.5 oz de vodka Ciroc Original
+ 5 oz de jugo de piña natural
+ 1 rodaja de piña

PREPARACIÓN
Anade vodka Ciroc y combina el resto de los ingredientes en una copa/vaso alto con hielo estilo frappé y adorna con una rodaja de piña.

WHISCOCO



+ 1.5 oz de Blended Scotch Whisky (Johnnie Walker Gold Label Reserve, Buchanan´s 18)
+ 3 oz de agua de coco natural.

PREPARACIÓN
En un vaso old-fashion pon hielo; añade el whisky y combina con agua de coco.

DISEÑANDO SABORES


+ Ricardo Nava (*bartender*)


+ Galia Sandler (GRP de DIAGEO)

DIAGEO, empresa especializada en bebidas Premium y Cocktail-Bar Limantour Polanco, realizaron una exótica cata de bebidas espirituosas a través de una demostración realizada con whiskys escoceses J&B, JOHNNIE WALKER y OLD PARR; con rones como el ZACAPA y el CAPTAIN MORGAN, así como la ginebra TANQUERAY, el vodka CÎROC y la peculiar bebida típica de Brasil, la cachaça YPIÓCA.




skechers
on-the-GO™

POR **PATTY LÓPEZ DE LA C.**



30 DÍAS EN CARRETERA:

MISIÓN BRASIL 2014

TARDÓ UN MES EN LLEGAR A BRASIL. DESPUÉS DE RECORRER MILES DE KILÓMETROS PARA IR AL MUNDIAL, PATTY NOS CUENTA CÓMO LE FUE.





DE TAPACHULA, CHIAPAS, VIAJÓ A GRANADA, NICARAGUA.





LA CAMARADERÍA PREVALECIÓ EN LA ODISEA DE PATTY.





Hace algunas semanas empezó la aventura más grande de mi vida: recorrer miles de kilómetros por tierra para llegar desde el DF a Brasil, un reto que sonaba impresionante y que me emocionó. Tal vez algunos de ustedes siguieron la aventura de cerca, pero por si no lo hicieron, aquí les cuento mi experiencia para llegar al Mundial.

■ Todo comenzó en el Ángel de la Independencia; de ahí salimos hacia San Cristóbal de las Casas. Después de 24 horas logramos llegar a la primer parada. Ahí visitamos a un chamán que supuestamente nos daría fuerza y buenas vibras para llegar a nuestro destino; luego nos acordamos de él durante el viaje porque parecía que nos había caído una maldición y todo nos salía mal.

■ De ahí teníamos que salir hacia Guatemala, pero por cuestiones de papeleo el camión que llevábamos no podía pasar la frontera y tuvimos que esperar una noche en Tapachula para cambiar de camión. Después

de casi 16 horas de camino, cruzamos la frontera y llegamos a Antigua, Guatemala; un lugar increíble donde empezó la aventura a todo lo que da.

INICIA lA ODISEA

■ Hicimos recorridos en tuc tucs (unos taxis locales muy particulares), camiones, camionetas de redilas con gallinas y claro, mucha fiesta, nuestro recorrido hacia Sudamérica, pasando por El Salvador.

Ahí el chamán volvió a hacer de las suyas y, por varios días, nos quedamos sin maletas y sin nada de ropa; entonces compramos algunas cosas básicas para sobrevivir y logramos recuperarlas.

> EN EL AMAZONAS EL AGUA CALIENTE ES UN LUJO QUE SE QUEDA DE LADO Y LA LUCHA CON LOS INSECTOS Y MOSQUITOS ES UNA TORTURA

■ Iniciamos nuestro camino hacia Granada, Nicaragua, un lugar precioso con una laguna que algún día tuvo tiburones. El calor fue el más intenso que he sentido en mi vida; no se puede ni respirar porque las temperaturas son altísimas y ambiente superhúmedo.

■ De ahí pasamos por Costa Rica y Puerto Viejo, un pueblo *hippie* en medio de la selva con una playa increíble donde disputamos un partido de futbol contra los locales, mismo que logramos ganar. Luego festejamos con una buena fogata.

■ De ahí salimos hacia Panamá luchando contra el tiempo; en ese trayecto visitamos algunos lugares turísticos y descubrimos que el camión no podía seguir, así que tomamos un avión a Bogotá, que por cierto, fue uno de los lugares que más me gustaron.

Conocimos mucho de la ciudad porque teníamos el reto de encontrar un cajero de horas porque habíamos perdido todo el tiempo que teníamos disponible al comprar los boletos de avión.

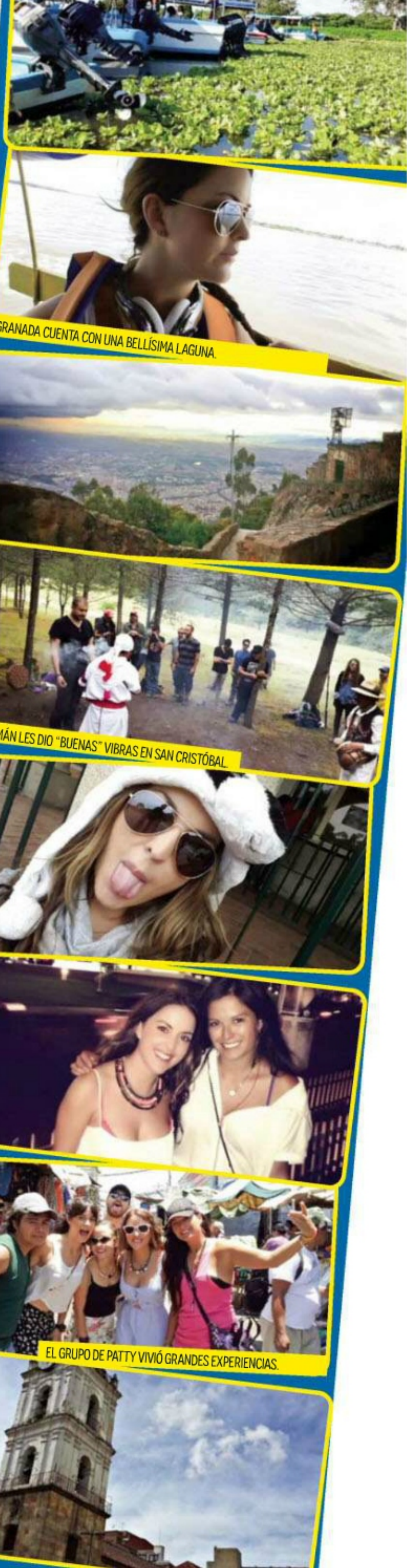
■ Lo logramos y de ahí volamos a la ciudad de Leticia para adentrarnos en el Amazonas. Había tenido la oportunidad de ir antes, pero esta vez fue diferente porque ir a dormir con un grupo tan numeroso en mitad de la selva no tiene precio. Claro que el agua caliente se queda de lado y la lucha con los insectos y mosquitos es una tortura, no fue fácil y eso lo hizo increíble.

PRUEBA SUPERADA

■ Para llegar a Manaos había que tomar un barco, así que nos dirijimos al puerto de Tabatinga. Estábamos felices en el barco, con comida muy rica y agua para bañarnos, además de fiestas en la parte de arriba. Todo iba bien hasta que nos avisaron que iban a fumigar el barco y nos bajaron a mitad de la selva a dormir en hamacas, con víboras en los árboles, lluvia y una cantidad impresionante de animales, mosquitos y sonidos que daban pánico.

■ Finalmente subimos al barco y llegamos a Manaos, donde no había muchas formas de llegar a Natal y, después de casi tirar toalla, conseguimos una Combi que se estaba cayendo a pedazos; manejamos hasta Natal durante más de 36 horas para alcanzar a ver el partido de México.

■ Esta fue la aventura más grande de mi vida: miles de kilómetros y un recorrido por siete países para conseguir esta hazaña. Este Mundial tiene un sabor diferente para mí.


GRANADA CUENTA CON UNA BELLÍSIMA LAGUNA.

UN CHAMÁN LES DIO "BUENAS" VIBRAS EN SAN CRISTÓBAL.

EL GRUPO DE PATTY VIVIÓ GRANDES EXPERIENCIAS.

LO QUE NO HAS VISTO EN LA TELE:

EL MUNDIAL EN CURIOSIDADES

Luego de cuatro años de espera, por fin gozaremos del Mundial 2014. El futbol -como deporte- comprende una serie de números y curiosidades que revelan lo que hay detrás de un evento como este.



Hace unos días dio inicio la Copa del Mundo en Brasil, el evento deportivo más esperado por la humanidad después de los Juegos Olímpicos de verano, y lo hizo con gran éxito dentro de la cancha y con algunos tropiezos fuera de ella, entre los que destacan las obras que no se alcanzaron a terminar, las protestas legítimas de los brasileños por el gasto excesivo del gobierno, la corrupción y la mala situación económica de la mayoría de la gente. Como todo gran evento, este Mundial de futbol arroja importantes y sorprendentes cifras que bien vale la pena repasar, desde los costos de los inmuebles, la inversión en infraestructura y los récords meramente de carácter deportivo.



LO INSÓLITO DE BRASIL 2014



Los directivos del futbol alemán no quedaron conformes con los hoteles disponibles en Brasil, así que, con la ayuda de sus patrocinadores, construyeron un complejo deportivo en la ciudad de Salvador de Bahía, que consta de 14 casas, un campo de entrenamiento, gimnasio y sala de prensa.



Las protestas en Brasil no han cesado. La principal queja de la gente: el gasto que ha hecho el gobierno para poder organizar el torneo. Se calcula que el Mundial les costó a los brasileños 15 mmdd, que divididos entre los 194 millones de habitantes, le corresponden unos 77 dólares por persona.



Como lo publicamos en H, los habitantes de las favelas rentaron cuartos en sus casas, que cuestan 10 veces menos que en el centro de la ciudad.

Cristiano Ronaldo será custodiado por cuatro elementos de seguridad hasta que Portugal termine su participación en el torneo. Solo dos guardaespaldas se encargan del resto del equipo lusitano.



>> El pasto del Arena Amazonia tuvo un lamentable debut por sus malas condiciones.



Solo una selección debutó en este Mundial, se trata de Bosnia-Herzegovina; el resto de los participantes ya había ido, por lo menos, a una Copa del Mundo anterior.



La selecciones de México e Italia llevaron a Brasil los alimentos que van a consumir. En el caso mexicano, un chef contratado por la Federación es el único autorizado para preparar la comida de los seleccionados y cuerpo técnico.

Al terminar el Mundial, la Arena Amazonia de la ciudad de Manaos, se convertirá en una prisión debido a que en esa ciudad no tienen un equipo de primera división ni una cárcel moderna.





DURANTE UN MES EL MUNDO TENDRÁ PUESTOS SUS OJOS EN BRASIL, EN DONDE SOLO UN EQUIPO LEVANTARÁ EL TROFEO.

En Japón están viendo el Mundial en la televisión más moderna del mundo: la pantalla 4K que tiene ocho millones de pixeles de resolución, es decir, cuatro veces más que una HD convencional. Esta tele se iba a lanzar en 2016, pero por el Mundial se adelantó su lanzamiento.





La gran afluencia de turistas a Brasil hizo que las prostitutas tomaran clases de inglés para poder negociar y cobrar con tarjeta de crédito a sus clientes extranjeros.

La selección más cara del Mundial es la de Brasil, pues el costo de las cartas de sus 23 seleccionados suman 508.7 millones de dólares. La más barata es la de Costa Rica que cuesta 20 millones de dólares.

En teoría, la Selección de Alemania debería estar en la final de este Mundial, ya que desde 1950 no ha estado en más de dos ediciones seguidas fuera de ella.



Por primera vez en la historia de la Copa del Mundo, todos los estadios cuentan con asientos especiales para gente que sufre obesidad y miden el doble que las normales.

Mientras que en México un canal de televisión de paga logró reunir a José Ramón Fernández y a Hugo Sánchez, figuras como Clarence Seedorf y Thierry Henry comentan en la BBC de Inglaterra, Maradona en Telesur de Venezuela, Michael Ballack para ESPN en EE.UU., Mourinho para Yahoo Sports y Ronaldo para Globo de Brasil.



La selección con más patrocinadores no es la mexicana, sino la de Costa Rica (35 marcas); la menos patrocinada es Nigeria (solo una).



CALENTAR LA SILLA

Bello Nock ha mostrado una vez más su faceta de equilibrista para establecer un nuevo récord mundial en la cuerda floja; en esta ocasión a la altura de tres pisos sobre la avenida Broadway en Times Square. Nork se mantuvo sentado y suspendido en la cuerda durante ocho horas al tiempo que respondía las preguntas del público. El equilibrista, quien realizará su acto "The Ultimate" el 30 de agosto en Las Vegas, él forma parte de una familia circense y representa la séptima generación de ejecutantes. Las acrobacias de Nork, le han dado presencia en la escena internacional por realizar actos desafiantes y peligrosos.

HISTORIA

+ Demetrius Alexandro Claudio Amadeus, "Bello Nock", nació en Florida en 1968.
+ Realiza 500 espectáculos al año con la compañía *Ringling y Barnum Bailey Circus*.
+ Ha sido declarado el mejor payaso de Estados Unidos por la revista *Time*.

EQUILIBRISTAS

+ Nik Wallenda (Florida 1979): Miembro de la familia *Flying Wallendas*; presentó su acto más desafiante al cruzar las "Caratas del Niágara" en 2102.
+ 2013: Nik logró el récord Guinness al cruzar el "Gran Cañon del Colorado".





NUEVA YORK
EE.UU.
JUNIO 2014

FOTO: SPENCER PLATT / GETTY.

AERONAVE CALCINADA

Un funcionario de la Junta Nacional de Seguridad de Transporte (NTSB, por sus siglas en inglés) camina entre los restos de un avión que se accidentó en la pista de Hanscom Field. La aeronave alcanzó su velocidad mínima de despegue, pero nunca despegó del suelo y se precipitó hacia un barranco, en donde finalmente estalló. En su trayecto se llevó una alambrada y derribó parte del sistema de iluminación de la pista. En el accidente fallecieron siete pasajeros, entre ellos el millonario y filántropo Lewis Katz.

ANTECEDENTES

+ Una tragedia aérea se registró en 2007, cuando un avión de la aerolínea brasileña TAM se salió de la pista de aterrizaje en el Aeropuerto Internacional de Congonhas, para luego estrellarse con una estación de gasolina ubicada en las afueras del lugar. En el accidente murieron 187 pasajeros, pero no se pudieron encontrar sus restos.
+ En 1979 el vuelo de Western Airlines que partía de Los Ángeles con destino a la Cd. de México se impactó con dos vehículos que efectuaban labores de remozamiento en la pista. El número total de víctimas fue de 72 personas que viajaban en el avión y una víctima mortal en tierra.

ESTADÍSTICAS

La Organización de Aviación Civil Internacional (OACI) y la Asociación Internacional de Transporte Aéreo (IATA) informaron en 2013, que tres de cada 29 accidentes aéreos fueron operados por aerolíneas que estaban incluidas en la "lista negra" de compañías inseguras.





MASSACHUSETTS, **EE.UU.** JUNIO 2014

FOTO: MARK GARFINKEL / POOL

FOTOGRAFÍA **EMMANUEL CAMPOS** / MODA **CECILIA MEZA** / PEINADO Y MAQUILLAJE **ÁLEX LÓPEZ** / AUDIOVISUAL **IN PRODUCTION** /

PRODUCCIÓN **CARLOS MAGAÑA** / ASISTENTE DE PRODUCCIÓN **SONIA GARCÍA** / ENTREVISTA **JUAN MONROY** /

Amanda Rosa

LO MÁS BELLO QUE HA DADO BRASIL

ES TAN HERMOSA Y SEXY, QUE UNA PORTADA NO BASTABA PARA ADMIRARLA. AMANDA REPITE LA DOSIS Y APARECE POR SEGUNDA VEZ EN ESTA REVISTA, CONFIRMANDO QUE ES UNA MUJER MUY ADMIRABLE.











POR **JUAN MONROY**

Es la segunda vez que posa para nosotros, pero jamás nos cansaremos de admirarla. Desde su primera portada se convirtió en una de las consentidas de la redacción y ya estábamos ansiosos por tenerla de vuelta.

Amanda es una de las mujeres más guapas del espectáculo en México y, sin duda, de las más bellas que ha dado Brasil; así ha quedado confirmado con este portafolio en el que deja claro que a sus 34 años; pasa por el mejor momento de su vida.

¿CÓMO DESCRIBE AMANDA SU SENSUALIDAD?
Resuelta y segura. Siempre digo lo que siento y lo que quiero. Soy muy alegre y juego mucho. Me divierte todo lo que tiene que ver con la sensualidad sin tomármelo muy en serio.

¿QUÉ TIPO DE LENCERÍA TE HACE SENTIR MÁS SENSUAL?
Para mí la sensualidad está ligada a la comodidad, de hecho mi sensualidad se refleja porque soy una chica muy alegre y cuando no me siento alegre es porque algo me aprieta; como varillas o cosas por el estilo; eso sí, soy muy fan de la lencería que te deja ver bien y te pone linda, ricas, al toque, sin tener que cambiar nada de tu cuerpo.

¿QUÉ PARTE DE TU CUERPO CONSIDERAS MÁS SEXY?
Han dicho que mi boca, pero me gustan más mis ojos, pero ya me están haciendo cambiar de idea.

¿QUÉ TAN CACHONDOS O ERÓTICOS SON LOS HOMBRES MEXICANOS?
Creo que todas las personas tienen su grado de erotismo y, tristemente, luego los hombres creen que ser erótico es ser explícito. El hombre mexicano es muy erótico y caballeroso, y eso a las mujeres nos gusta, de hecho no existe cosa más sexy que mirar eso en los hombres, y por supuesto ser bien tratadas, eso es algo que los hombres mexicanos tienen.

¿CÓMO PLANEARÍAS UN MOMENTO PARA SEDUCIR A UN HOMBRE?
Me gusta más ser seducida que seducir. Tengo que ser dominante en mil aspectos de mi vida y de repente me gusta sentir que alguien más tiene la iniciativa para fomentar ese estado. Creo que un lugar lindo siempre ayuda, como una playa y el sutil sonido del mar, donde uno puede pasar bellos momentos y olvidarse de todo lo que existe a tu alrededor.

¿QUÉ TENDRÍA QUE HACER UN HOMBRE PARA SEDUCIRTE?
Debe ser interesante y tener muy buena plática. Tengo que percibir en pocas palabras que es auténtico, que no está hablando por hablar y debe ser divertido, tener sentido del humor y que me haga reír mucho. Esto es lo que más me puede fascinar de un hombre.

¿POSAR EN LENCERÍA, ES LO MÁS ATREVIDO QUÉ HARÍAS?
Jamás se me ha hecho atrevido posar en lencería, simplemente el modelaje es un trabajo hermoso; me convierto en personajes dependiendo las situaciones de mi trabajo y a partir de eso me divierto, porque me gusta lo que hago, además de que lo he realizado por más de 20 años; en otro tipo de trabajos me he convertido en el personaje de mamá para comerciales, pero aquí en **H,** justo soy otro personaje. Me

gustó mucho posar, me hicieron sentir súper linda en las fotos, como las mujeres que han posado para H.

¿HAY ALGO EN PARTICULAR QUE A AMANDA LE GUSTE COLECCIONAR?
Nada, aunque compro zapatos compulsivamente.

> "Con el programa que produzco sobre ecología y turismo, busco generar más conciencia, eso es lo que nos hace falta a los seres humanos, conectarnos con nuestro entorno"

¿QUÉ ES LO MÁS INTENSO QUE HAS HECHO EN TU VIDA?
Enamorarme, porque conmigo sí se puede poner muy intenso.

¿CON QUÉ JUGADOR MUNDIALISTA TE ATREVERÍAS A REALIZAR UNA SESIÓN DE FOTOS COMO ÉSTA?
Con Cristiano Ronaldo, porque parece más modelo que futbolista.

¿CÓMO MANTIENE AMANDA LA LLAMA DE LA PASIÓN EN LA PAREJA?
Platicando de todo y cuando la plática se acaba, a divertirse de múltiples formas; el chiste es no aburrirse jamás y reinventarse todos los días.

¿QUÉ HACES PARA MANTENER Y CUIDAR TU FÍSICO?
Entreno diario en el gimnasio y de repente corro; lo alterno justo para no aburrirme, además de que es importante para mí comer sano. A veces me gusta comer mucho, por eso el ejercicio jamás puede faltar en mi vida.

¿CUÁL ES LA PARTE MÁS SENSIBLE DE TU CUERPO O LA QUE TE PUEDE LLEVAR AL CLÍMAX?
El cerebro, pero bueno, los labios también cuentan. Nada como un buen beso.

¿QUÉ CONSEJOS LES RECOMIENDAS A LAS MUJERES MEXICANAS PARA "PRENDER" A SU PAREJA?
Quitar tabués, relajarse y estar completamente seguras de sí mismas. Mujer sexy es mujer segura. Y un hombre no resiste a una mujer sexy.

¿CUÁL ES TU GUSTO CULPOSO?
Comer pan con mucha mantequilla, fuera de eso, nada.

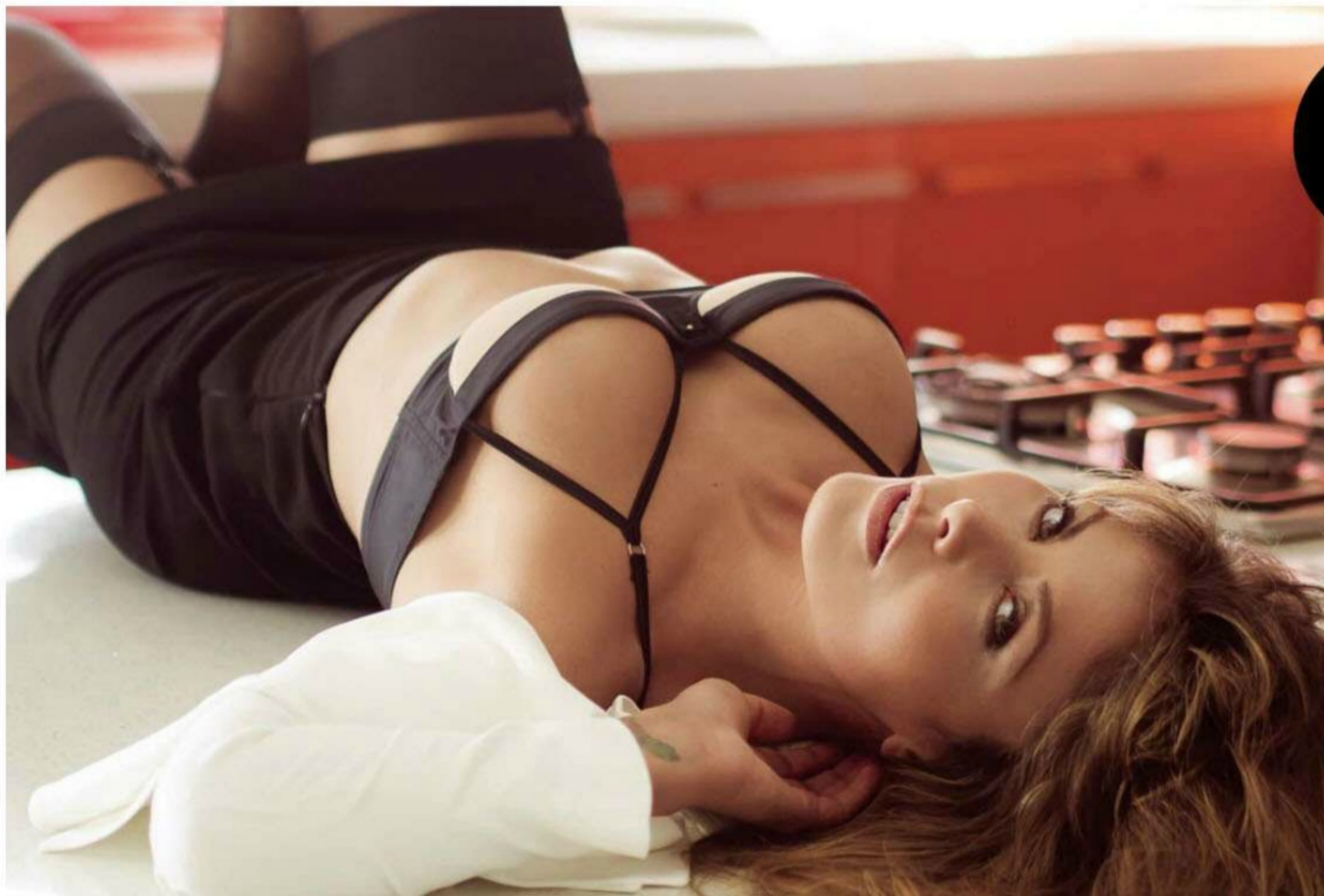
¿TIENES ALGÚN *HOBBY*?
Tocar el piano y escribir.

¿QUÉ LUGAR ES EL QUE MÁS TE GUSTA DE BRASIL Y POR QUÉ?
Garopaba, porque muy cerca de ahí crecí y también porque son playas que siguen teniendo mucha identidad, ya que la gente es sincera y muy hospitalaria.

¿CON QUÉ TIPO DE ROPA TE GUSTA DORMIR?
Con pijama de algodón.

¿CÓMO TE DEFINIRÍAS EN UNA FRASE?
Free you mind and your ass will follow, es una frase que alguien muy importante se encargó de recordármela, y desde entonces la tengo como Mantra.

¿QUÉ MENSAJITO LES DEJARÍAS A LOS LECTORES DE H PARA HOMBRES?
Fue un placer y un gusto volver a posar para la revista, ya que es una manera de acercarme a los hombres que me admiran, les mando muchos besos. H







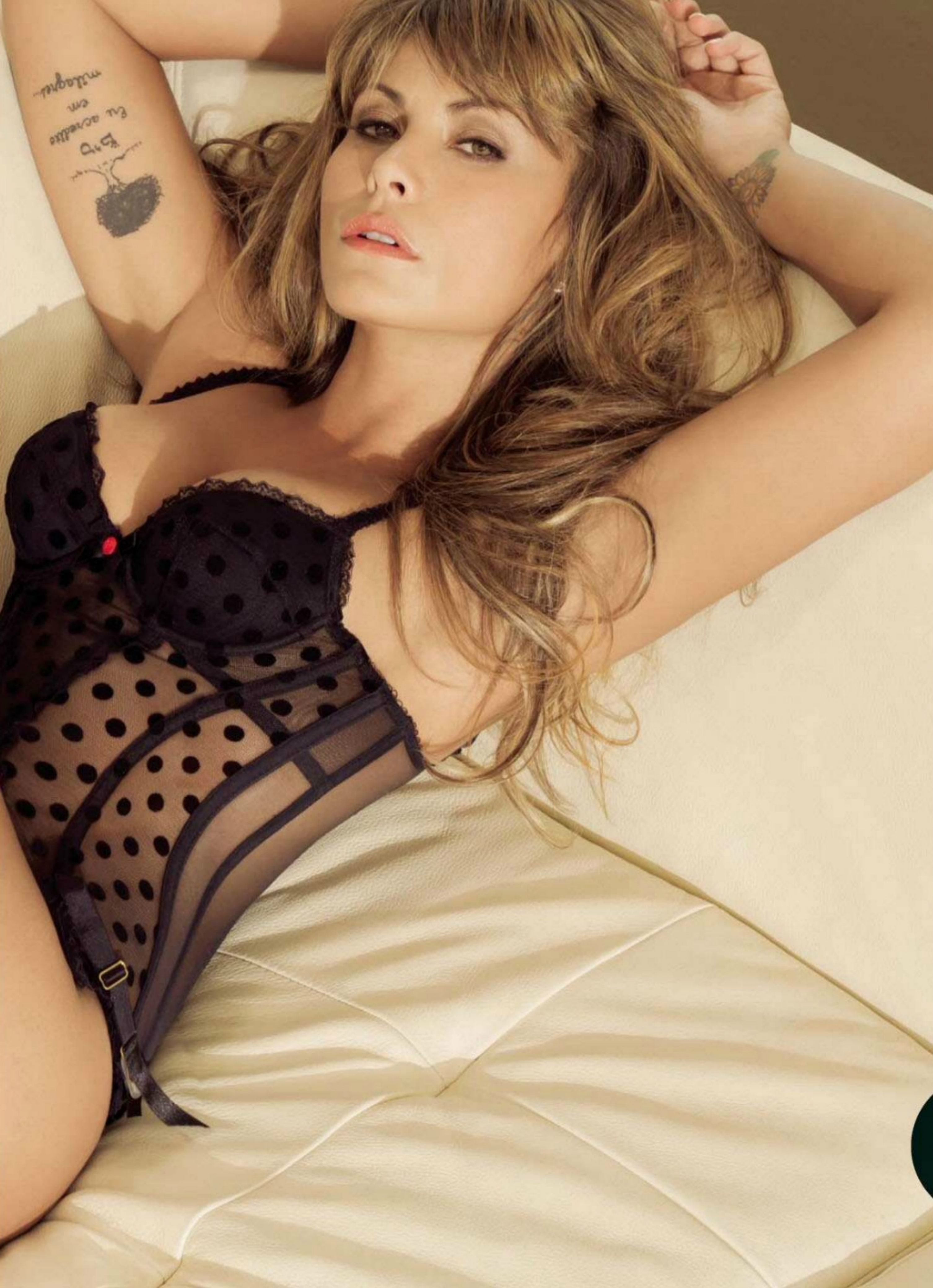




















Amanda Rosa

LUGAR DE NACIMIENTO: RÍO GRANDE DO SUL, BRASIL

EDAD: 34 AÑOS

ALTURA: 1.75 M

MEDIDAS: 90-60-93

LIBRO FAVORITO: *1984* DE GEORGE ORWELL

PELÍCULA FAVORITA: *TIDELAND*

COLOR FAVORITO: NEGRO

TU CANCIÓN FAVORITA: FLAPPER GIRL DE THE LUMINEERS

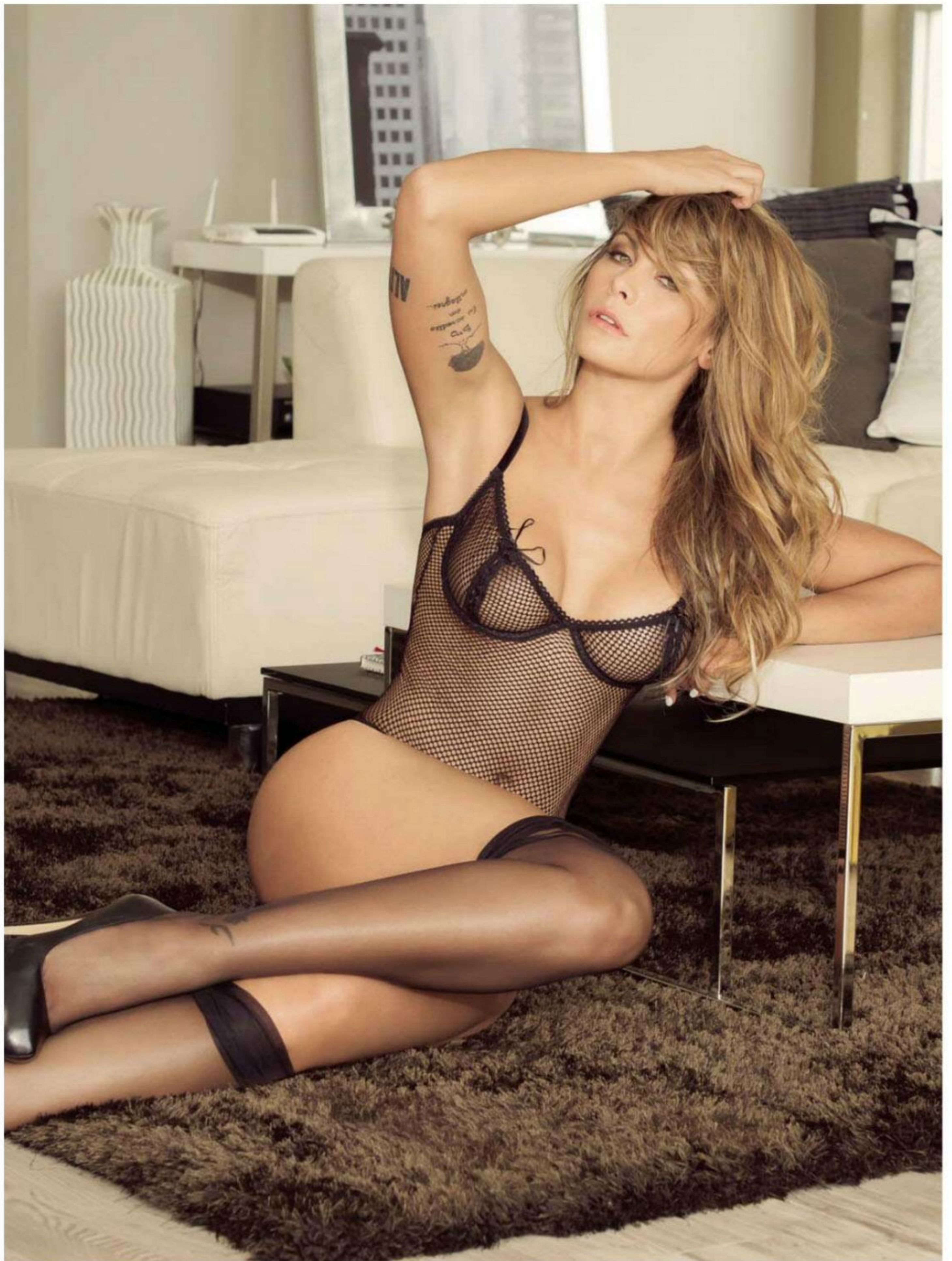
COMIDA FAVORITA: SALMOREJO BRASILEÑO

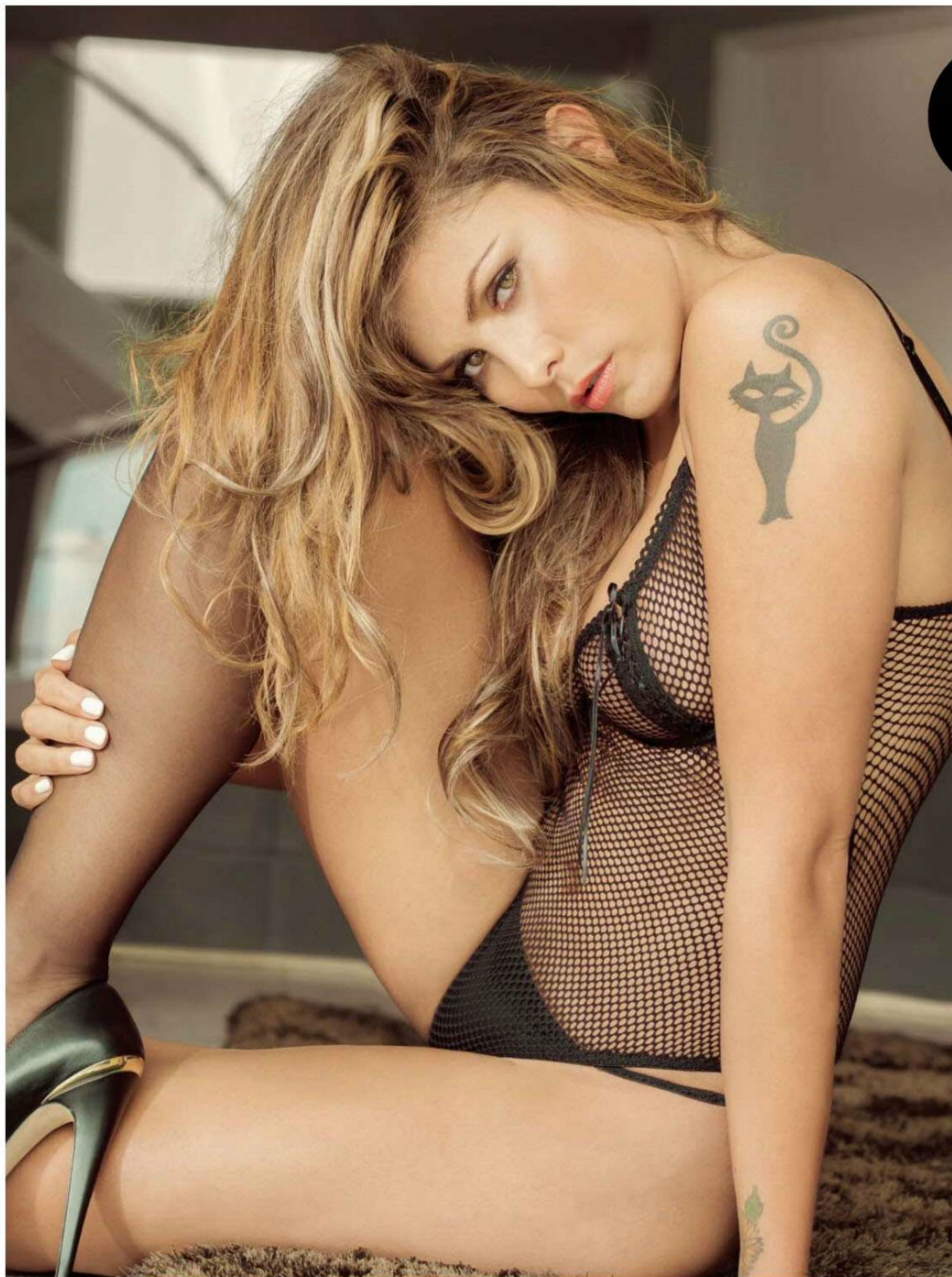



H para hombres






















H
PARA HOMBRES






H
PARA HOMBRES




















ALIVE






H para hombres








ALIVE













TRÍOS

DE LA FANTASÍA A LA REALIDAD



Un trío es una de las fantasías más comunes de los hombres y, aunque no lo creas, también de las mujeres, ya que 37% dice que estaría bien probarlo. ¿Quieres saber qué hacer para realizar tu fantasía?

* ¿QUÉ ONDA CON LOS TRÍOS?

De hecho el tema es cada vez más común en las pláticas de mujeres. Esta cifra es fiel reflejo del impacto que tiene el rollo de los tríos en la vida sexual de las personas hoy en día... Tener sexo con dos personas al mismo tiempo no es nada nuevo, pues en la antigua Grecia hay vestigios que comprueban esta práctica, la cual puede o no gustarte, que no creemos que sea tu caso, pero también tienes que considerar que le guste o no a ella. Justo en este punto es donde radica la verdadera importancia del asunto. Si para ti es una actividad que no te representa problema alguno, adelante –claro, con todas sus debidas precauciones que más adelante mencionaremos- y, sobre todo, también tiene que ser algo que tu chava desee, porque, créenos, no está padre que la obligues a hacerlo. De esta forma, ni tú ni ella disfrutarán de la experiencia.

***16%** DE LAS CHICAS ACCEDE FÁCILMENTE A UN TRÍO MHM.

* ¿Y EL AMOR?

Otro punto delicado del tema es el amor que haya entre los involucrados y, por supuesto, los celos inherentes.
"Sí, y es magnífico HMH y MHM; obvio, no es recomendable en parejas o, depende qué tan fuerte sea su comunicación, yo soy de experiencias con amigos", es el comentario de Fernanda R., una de las varias entrevistadas que tuvimos para la realización de este artículo.
Y es que para meterte en esta onda debes estar consciente de lo que implica; recuerda que las mujeres solemos asociar mucho al amor con el sexo, así que este es un punto que tendrás que resolver.
También debes contemplar qué tan abierto eres y, sobre todo, qué tan abierta es tu chica para este tema.
Te has preguntado cómo te vas a sentir si el tercero en cuestión es un hombre. ¿No tendrás bronca con la idea de verla con otro? ¿No sentirás celos?

Y es que seguramente vas a pensar que te vas a ver muy gay al acceder.
"Mi ex me propuso hacer un trío; quería que fuera MHM, incluso me dijo que yo escogiera a la chica, aunque me mencionó que le dijera a ¡mi prima! Yo le dije que sí, que lo hiciéramos, pero mi condición era que después tuviéramos un trío con un amigo de él y ahí fue cuando ya no le gustó, entonces mejor lo dejamos así", dice Miriam.
Por eso te decimos que tomes nota del mejor consejo que te vamos a dar: quítate esa idea de la cabeza y mejor demuéstrale lo mucho que piensas en ella, dile que estás dispuesto a acceder a que tengan un trío con otro chico, con este anzuelo difícilmente podrá negarse porque, a decir verdad, 20% de las mujeres dice estar dispuesta a hacer un trío, siempre y cuando sea con dos hombres, ¿qué tal?
Una vez que ya hayan probado la experiencia, te aseguramos que será mucho más fácil que acceda después a un trío de MHM, que es el que a ti realmente se te antoja.
Ahora bien, otro factor que pesa mucho a la hora de decidir entrarle a un trío es si consideras que tu pareja es formal o no, pues la mayoría de las chicas nos dijeron que sí lo harían si fuera con su *boy toy*, o sea con su faje. "Al igual que muchas, yo he fantaseado mucho con un trío, pero también pienso que eso es mucho más factible en relaciones abiertas o casuales y no con tu pareja formal". Sandra T.



20% DE LAS MUJERES DICE ESTAR DISPUESTA A HACER UN TRÍO, SIEMPRE Y CUANDO SEA CON DOS HOMBRES.

* PROTOCOLO PARA UN TRÍO SEXUAL

Llegado el punto, tanto tú como tu pareja deberán hacerse una serie de preguntas o puntos que deben abordar antes de salir a buscar a un "tercero en discordia":

ESTABLEZCAN REGLAS DESDE UN PRINCIPIO.

DEFINAN QUÉ TIPO DE TRÍO TENDRÁN, ES DECIR, UN HMH O UN MHM.
Deja que ella esté bien convencida de lo que va a hacer, pues no querrás que después te reclame porque lo hizo solo para darte gusto a ti.

¿QUÉ QUIERES QUE OCURRA DURANTE EL ACTO?

¿CÓMO ESPERAS O ESPERAN QUE SEA?
Ten muy claro esto antes de empezar, pues así las cosas fluirán mucho mejor.

¿QUIÉN ESCOGERÁ AL TERCERO EN CUESTIÓN, TÚ O ELLA, O AMBOS?

¿SERÁ ALGUIEN CONOCIDO O DESCONOCIDO?
Esta última pregunta es primordial porque: "El chiste es hacerlo con desconocidos para no tener broncas; mi prima y yo andamos en busca del chavo ideal para hacer un trío, pero no queremos que tenga que ver con nosotras, así no tienes que compartir a

> **YO SÍ LO HE HECHO... ES ALGO DE OTRO MUNDO, COMO QUE EL CACHONDEO SE PONE AL MÁXIMO Y CLARO QUE DISFRUTAS. EL DOLOR PASA A OTRO PLANO PORQUE ES MÁS EL PLACER QUE SIENTES...**
> ANÓNIMA 2

tu novio con otra", nos cuenta Paola. Saber escoger a la persona o personas con quienes se recreará esta dinámica es otro punto que no puede pasar desapercibido; incluso también tiene un gran peso en el éxito o fracaso de la experiencia. Por eso analiza lo que sería mejor para ti, lo que te dejaría más satisfecho: un conocido o un desconocido.
No te vamos a mentir, la mayoría opta por escoger a personas con las que después no habrá contacto alguno, como un o una profesional, o un desconocido que se topan en algún lugar, pero eso depende de cada pareja, porque muchos eligen a un conocido (a) para sentirse más confiados y tranquilos: "Yo me aventaría más con alguien a quien conozca, así, sí me da confianza".
En este caso, para que las cosas sigan su curso normal, acuerden desde un principio que después del encuentro no se hable al respecto, como "si nada hubiera pasado", es una buena estrategia que te funcionará para no sentir que la relación con esa persona haya cambiado. En caso contrario, no es recomendable que ni tú ni tu pareja envíen mensajitos cachondos con el tercero, pues existe la posibilidad de que su relación con él o con ella pase del plano sexual al emocional, y entonces sí que habría un problema enooorme. Asimismo, acuerden que el tercero no se quede a dormir con ustedes, pues suele ser algo engorroso y medio complicado, así que lo mejor es que una vez terminada la acción, el tercero deba partir.



* DOS CHICAS AMANTES DE LOS TRÍOS TE CUENTAN SU EXPERIENCIA

Además, te dan uno que otro consejo para que nada se salga de control:

ANÓNIMA 1: "El trío MHM lo disfruta más el hombre y el de HMH, la mujer, pues te sientes doblemente atendida; sin embargo, antes que todo debes platicarlo con tu pareja, y una vez que todo está más que entendido y ambos están de común acuerdo debes proceder a buscar a la mujer u el hombre que estará con ustedes. Ahora bien, si serán dos mujeres pueden o no interactuar entre ellas, o simplemente dedicarse a proporcionarle placer al hombre. En el de dos hombres puede o no haber doble penetración, y puede ser solo sexo vaginal y oral, aunque no se pueden establecer límites muy definidos porque estando en el acto sexual las cosas se calientan demasiado y todos sabemos que una vez que el cuerpo y la mente se calientan, dejamos de razonar y nos dejamos llevar. Hay que evitar los celos y la cruda moral, y ambos tienen que estar 100% seguros de que desean hacerlo; no se trata de darle gusto al otro, sino de que ambos estén convencidos de que lo desean por el propio placer y, claro, por experimentar nuevas experiencias como pareja".

ANÓNIMA 2: "Yo sí lo he hecho... es algo de otro mundo, como que el cachondeo se pone al máximo y claro que disfrutas. El dolor pasa a otro plano porque es más el placer que sientes, como dicen ¡sientes lo duro y lo tupido! La verdad, a mí me súper encantó, es muy recomendable. Solo hay que fijarse bien con quién lo haces porque te puedes meter en broncas.
Hay que planear muy bien las cosas para que no te sientas mal al estar con dos chicos".

14% DE LOS ESTADOUNIDENSES HA PARTICIPADO EN UN TRÍO.



HAZ TU *CHECK LIST* PARA ESE DÍA

ASEGÚRATE DE CONTAR CON:

+ Un ambiente íntimo y cómodo.

+ Sábanas de texturas ricas como la seda o el raso, almohadas confortables, cojines, velas, música...

+ Toallitas húmedas y pañuelos desechables para imprevistos.

+ Condones por si la noche es larga (nota importante: quien tenga puesto el condón deberá cambiarlo cuando cambie de pareja, o sea si él está penetrándote debe cambiar su condón cuando comience a penetrar a la otra chica en cuestión).

+ Juguetes sexuales: esposas, dildos, vibradores, lubricantes...

+ Agua y/o vino para refrescarse.

¡QUE COMIENCE LA ACCIÓN!

Ya estando los tres, ¿qué sigue? Procura que sea en un hotel, pues contarán con un ambiente tranquilo; pidan una habitación con jacuzzi porque lo primero que harán será meterse a darse un baño relajante los tres (así matas dos pájaros de un tiro, se asean y se van conociendo a fondo). Antes del baño ayúdense entre los tres a despojarse sensualmente de su ropa para ir rompiendo el hielo y siempre estén conscientes de los otros dos; todos deberán tener iniciativa y disposición. Ya durante el baño sigan con las caricias y también podría ser oportuno –si es que no hubo tiempo de hacerlo antes- hablar sobre lo que quieren de la experiencia, así nadie saldrá decepcionado. El desarrollo del encuentro acatará lo que platiquen y la imaginación de cada uno; es muy importante que cada uno de sus deseos quede expuesto, pues de lo contrario alguien podría terminar frustrado. Y si ya están ahí dejen atrás prejuicios y déjense llevar; abran su mente y la pasión hará el resto del trabajo. Por lo general, el sexo entre tres personas puede elevar más rápido tu nivel de excitación, así que aprovecha al máximo.
Cabe decir que dicen -no es porque nos conste, ejem- que la mayoría de quienes los prueban, porque eso es lo que deseaban realmente, acaban por repetir una y otra vez; es más, hasta dicen que la relación de pareja se fortalece. Habrá que probar, ¿nooo? H

DOS FORMAS DE HACERLO



SI ES CON UN CHICO:



Antes que nada quítate la idea de que te vas a ver muy gay, tú vas a estar atendiendo a la chica, así que ¡fuera prejuicios! Ten en mente que tu chica tendrá que recibir la atención de los dos, así que no quieras que se concentre solo en ti, lo cual no quiere decir que cuando ella esté con el otro chico tú no puedas recibir placer; puedes juguetear con su clítoris, sus senos o, incluso, puedes masturbarte viendo su propia escena porno.

SI ES CON UNA CHICA:

Lo que más tendrás que cuidar es que ambas se sientan satisfechas. De hecho, la penetración será una de las actividades en las que tendrás que rifártela porque el coito es un acto totalmente de conexión con la chica en cuestión; sin embargo, no por ello tienes que olvidarte de que hay una tercera en la cama. Por esta razón, cuida que tu pareja o que ambas estén completamente cómodas cuando comiences a penetrarlas. No debe haber malos entendidos, sino quedar claro con quién comenzarás. Una vez que hayas penetrado a una, no desatiendas a la otra.





Con esta idea en la cabeza estarás del otro lado, porque si consigues que ambas se la pasen bien, ten por seguro que podrás repetir la experiencia cuantas veces quieras. Por eso besa y toca a la otra chica, acaríciala. Deberás tener bien controlada tu eyaculación porque vas a sentirte muy excitado, pero no estaría padre que te vinieras cuando aún no has penetrado a las dos; es más, aunque alcances el orgasmo debes aplicarte para que ellas tengan el suyo, para eso aplica técnicas orales, y mientras deleitas a una con la lengua, a la otra hazla venir con los dedos.

LIOMONT
ETICA FARMACEUTICA DESDE 1938

En México casi el **10%** de los hombres entre **18** y **40 años** presenta algún grado de **Disfunción Eréctil**.

Para

GOZAR TU SEXUALIDAD

necesitas estar BIEN

prePARADO

¡LET´S GO!





INGRID TROYE

¡QUÉ BUENA PINTA!

FOTOGRAFÍA **NERI** / MODA **CECILIA MEZA** / ASISTENTE DE MODA **ESTEPHANY VERDE** / PEINADO Y MAQUILLAJE **JANET ROCHER**

EN ESTA SESIÓN DE FOTOS INGRID SUGIRIÓ TENER COMO TELÓN DE FONDO UNA PINTURA DE LA QUE SURGEN INTENSAS LLAMARADAS, PUES ELLA MISMA ES UNA METÁFORA DEL INCENDIO QUE PROVOCAN LAS CURVAS DE SU CUERPO.









Nombre: **INGRID TROYE**

Medidas:

89-60-91

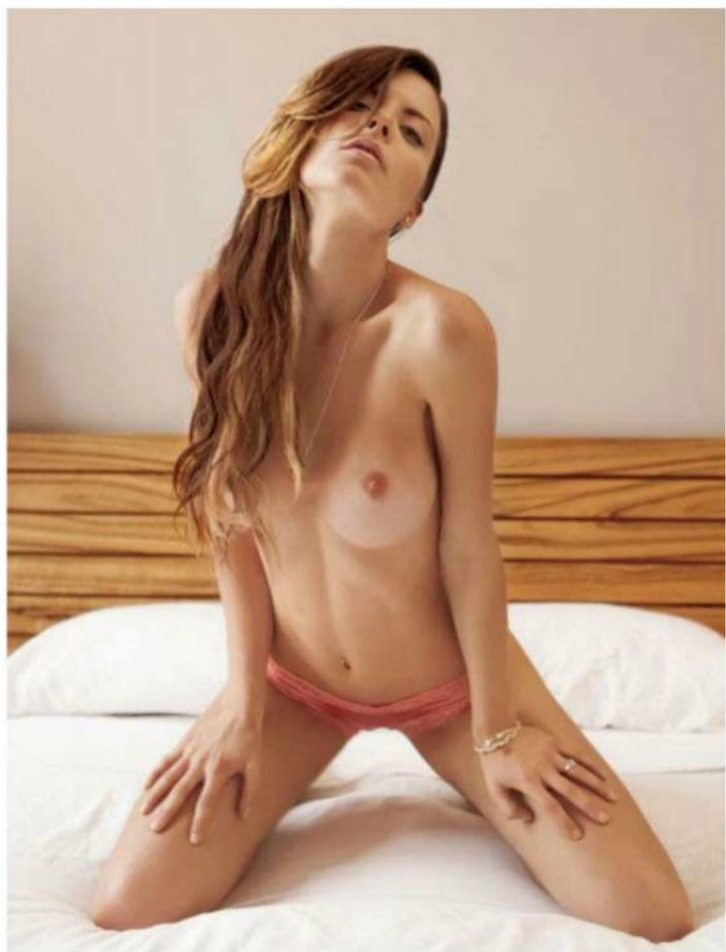
Lugar de nacimiento: **Argentina**

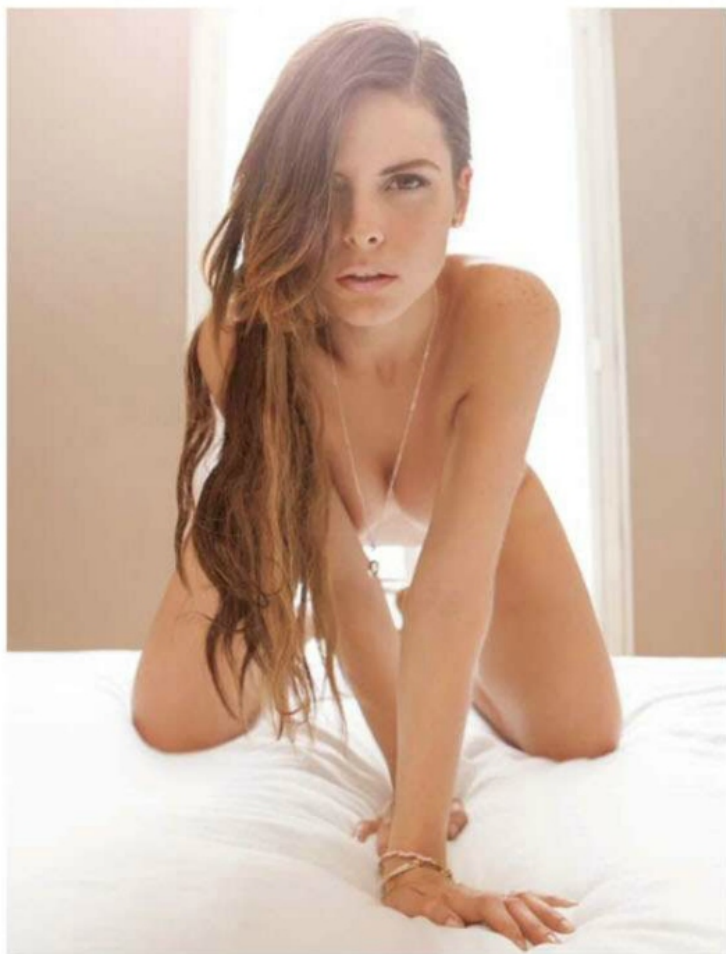
Edad: **26 años**

Altura: **1.74 m**











Fotógrafos de Instagram







Ben Hopper



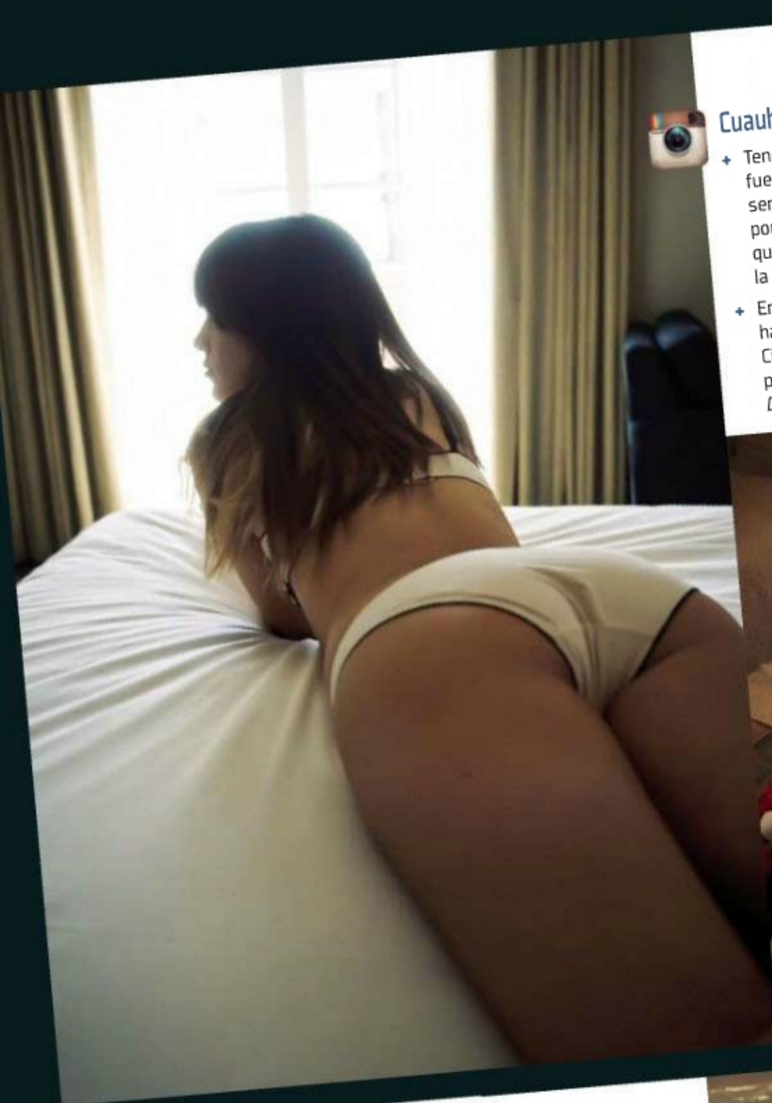
- Fotógrafo comercial y artista londinense nacido en Israel. Retrata desnudos subidos de tono ("Naked Girls with Masks").
- Le encanta trabajar con la luz disponible y capturar los cuerpos en movimiento, ya que quiere que sus fotografías provoquen admiración.
- En su serie "Belleza natural" sus modelos muestran el vello de sus axilas, lo cual está muy estigmatizado.
- Sus modelos usan un mínimo de maquillaje con lo que acentúan su belleza natural.

http://therealbenhopper.com

ESTA RED SOCIAL ES LA FAVORITA DE MUCHOS HOMBRES PORQUE EN ELLA SE PUEDEN SUBIR FOTOGRAFÍAS Y SE ENCUENTRA GRAN VARIEDAD DE CHICAS SENSUALES Y *SEXIES*.

POR **RENÉ TELLEZ**

Instagram cuenta con 150 millones de usuarios, y por eso muchos artistas la han elegido para mostrar su quehacer fotográfico, en el que captan imágenes casuales de chicas hermosas. Entre ellos destacan ocho fotógrafos, de los que jamás te cansarás de admirar su trabajo.





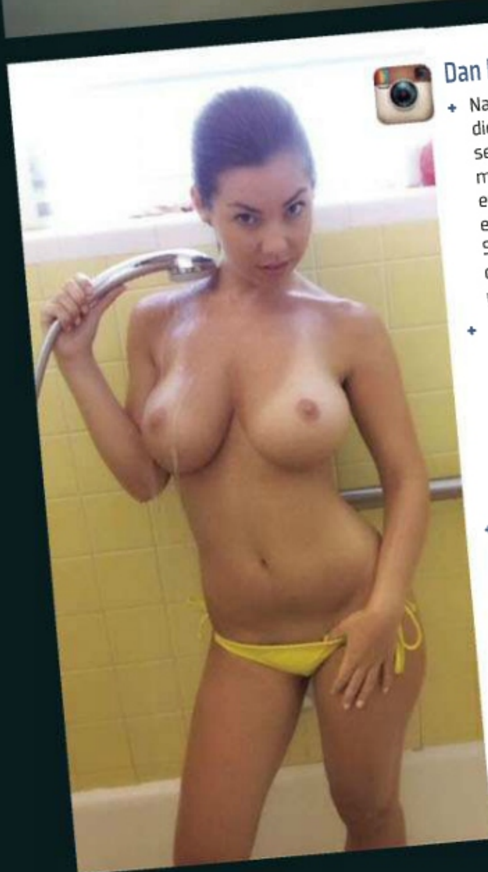
Cuauhtémoc Suárez



- Tenía interés por la fotografía, pero fue hasta que abandonó un semestre la Facultad de Psicología porque alguien le rompió el corazón, que compró una cámara y le atrapó la dinámica de tomar fotos.
- En Monterrey empezó su carrera, pero hace un par de años se mudó a la Ciudad de México; su trabajo ha sido publicado en revistas como *Nylon*, *Dusty* y *i-D*, y en *websites* como NWLA —donde es editor de fotografía— y VICE.
- Define su trabajo como "fotografiar chicas con poca ropa o enseñando bastante piel".
- Toma fotografías íntimas, en las que consigue que sus modelos se sientan cercanas y cálidas.

http://instagram.com/ttttem







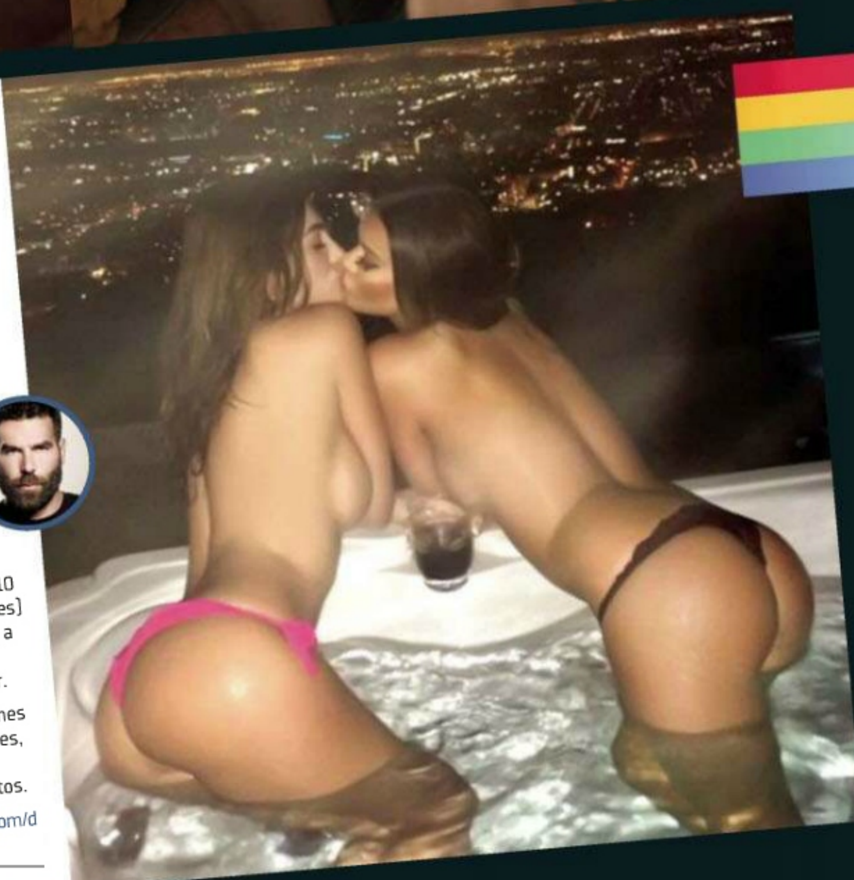
Dan Bilzerian

- Nacido el 7 de diciembre de 1980, se alistó en la marina americana en 1999 y fue expulsado de los SEAL. Es un inversor de capital de riesgo, y jugador de póker.
- Es conocido como el rey de Instagram, donde cuenta con más de dos millones de seguidores.



- Su gran fortuna (10 millones de dólares) la amasó gracias a los premios en torneos de póker.
- Entre sus aficiones están las mujeres, las armas y también los gatos.

http://instagram.com/danbilzerian#





DELEITAN LA PUPILA...





Napoleón Habeica

- Fotógrafo mexicano que retrata mujeres sensuales y libres, las cuales lucen como si estuvieran completamente solas. Es excéntrico y editor de fotografía de la revista *Celeste*; ha trabajado para otras como *Baby Baby Baby* y *NYLON*.
- Ha colaborado con todo tipo de marcas y también ha fotografiado a muchas personalidades del medio del espectáculo, actores y artistas mexicanos e internacionales (Irene Azuela, Sky Ferreira, Nick Cave y Belinda).
- Napoleón fotografía chicas semidesnudas en poses sugestivas o totalmente desnudas, pero con un erotismo elegante y bastante "fashionista".

instagram.com/napoleonhabeica#





Santiago PérezGrovas

- Arquitecto cuyo principal *hobby* es la fotografía, la cual acapara la mayor parte de su tiempo.
- Todo empezó como un favor: una amiga abogada quería modelar y le pidió a Santiago que le tomara unas fotos para su portafolio. Santiago aceptó y le hizo un *shoot* en traje de baño.
- Subió fotos a Instagram, y en pocos meses ya tenía más de 50 mil seguidores.
- Parte de su éxito se debe a que nunca estudió fotografía y, por lo mismo, no usa ningún equipo de iluminación.

instagram.com/santiagopgm







Luis Ortiz

- Fotógrafo regiomontano conocido como "elhartista", cuyas fotografías publicadas en Instagram le han valido gran cantidad de seguidores (más de cien mil).
- Es parte de una generación de fotógrafos que se difunde en internet y su objetivo no es publicar en revistas o galerías, sino conseguir *likes* y comentarios.
- Los personajes de sus imágenes son mujeres en poca ropa y poses sugerentes, de las cuales pocas veces se ve su cara.
- La intención de su trabajo es retratar lo sexy en cada mujer que tiene frente a su cámara.

instagram.com/elhartista_#



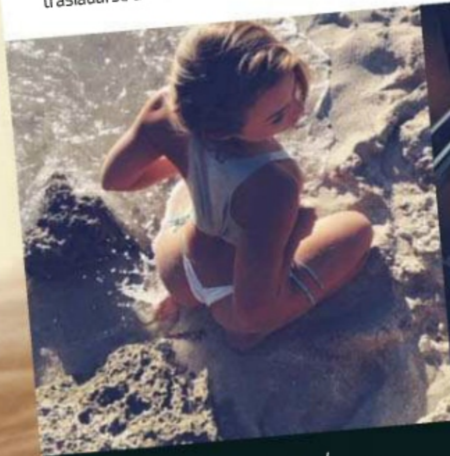
Marcus Hyde

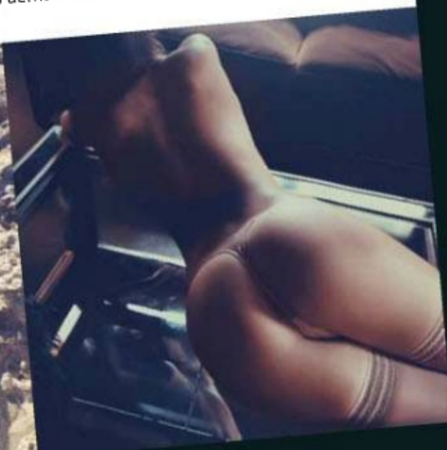
- Es un apasionado de pasar el tiempo detrás de la lente y dispara su obturador todos los días. Esa pasión le llevó desde Richmond, Virginia, a Full Sail University, en Orlando, para ir a la escuela de cine. Luego volvió a Richmond para después trasladarse a Los Ángeles, donde reside actualmente, pues necesitaba saber la diferencia entre trabajar y vivir en la costa Oeste en comparación con la costa Este del país.
- Algunas de sus fotos son sorprendentemente erótica, pero demasiado vanguardistas.
- La figura femenina en sus fotografías es una encarnación escultural, que se erige como la reina de su arte.



instagram.com/marcushyde#







> "Ninguna mujer anda caminando un sábado en la mañana por su departamento en liguero. Soy feliz de que lleven calzones que tienen un oso panda en la pompa... Para mí eso es mucho más sexy".
>
> Santiago Pérez Grovas



Van Styles

- Es un artista plástico de 31 años nacido en Nueva York, pero que creció en Los Ángeles.
- Su atención se centra en la fotografía, la dirección y la edición. Después de darse cuenta de que estaba trabajando para cumplir los sueños de otras personas, decidió aplicar la mayor parte de su tiempo a su propia obra, que se centra en el campo de la fotografía.
- Como venía de un ámbito *skate*, esto le ayudó a decidir el enfoque que quería darle a las cosas, lo cual lo llevó también a poner en marcha su propia marca: V / SUAL.



instagram.com/van_styles#







Pamela Williams

EL PILAR DE LA CASA

[ESTA MAGNÍFICA RUBIA SE LLAMA PAMELA Y ES EL PILAR QUE SOSTIENE LA CASA EN LA QUE TODOS QUEREMOS HABITAR. ADEMÁS ELLA PUEDE BRINDARTE EL CALOR DE HOGAR QUE NECESITAS CUANDO INGRESES EN LA INTIMIDAD DE SU CAMA.]

FOTOGRAFÍA **REVISTA H** / MODA **REVISTA H** / MAQUILLAJE Y PEINADO **LUIS PEÑA**













Pamela Williams
Medidas:
86-59-89
Lugar de nacimiento:
Reino Unido
Edad: 26 años
Altura: 1.79 m



H®
PARA HOMBRES





H®
PARA HOMBRES













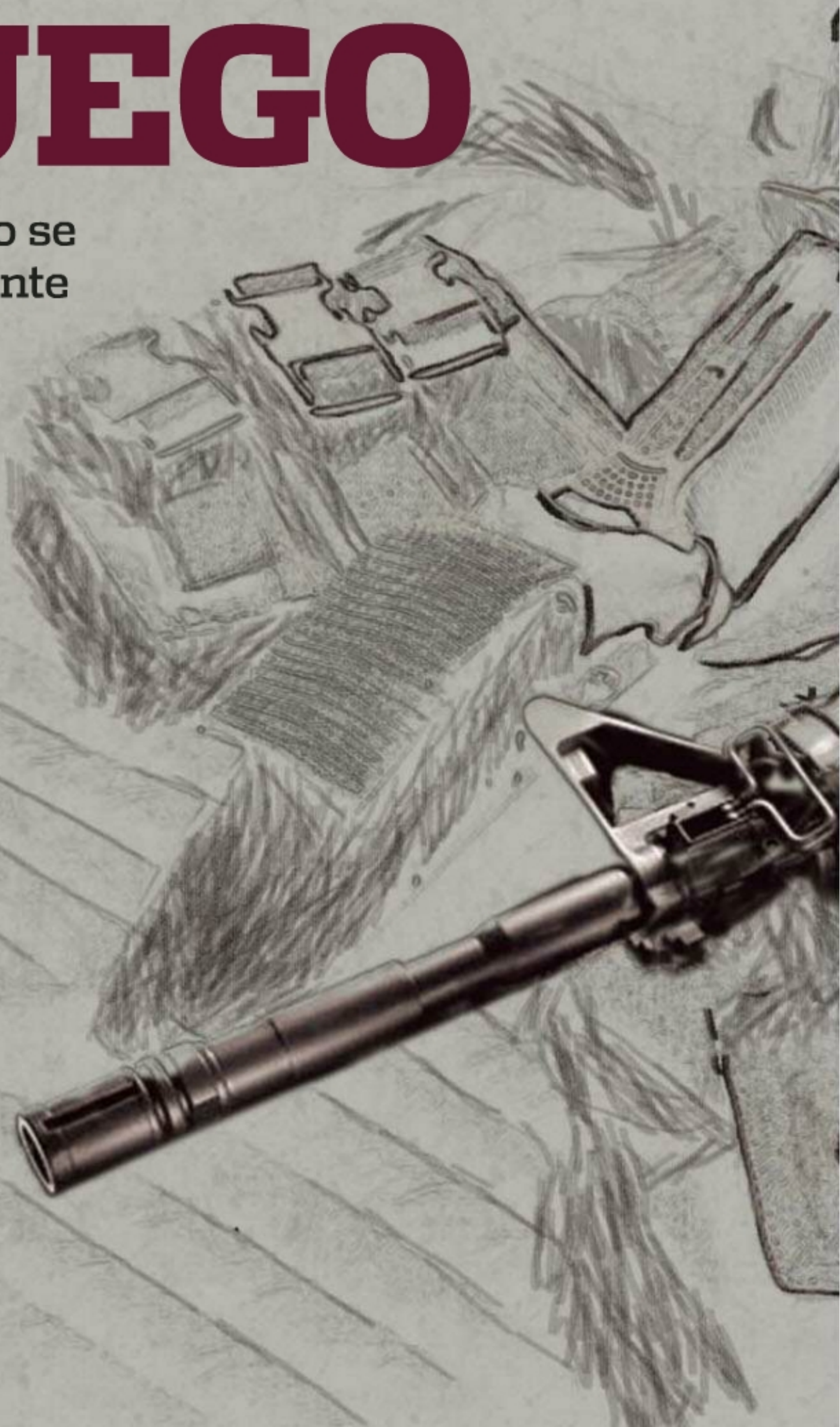
NO HAY MECANISMOS PARA COMBATIR EL TRÁFICO DE ARMAS

MÉXICO: EN LA LÍNEA DE FUEGO

La violencia que sufrimos no se puede explicar sin la alarmante importación ilegal de armas al país y cuyas cifras son de escándalo.

POR JUAN MONROY

El circuito internacional sobre compra y venta de armas genera inmensas ganancias, ya que la industria armamentista está dentro del *ranking* mundial después de la -droga y la trata de personas-, como la que más dividendos genera. Datos y estadísticas señalan que México ha pasado de un vigésimosegundo a un cuarto lugar, en lo que se refiere al tráfico de armas, pues alrededor de 5 mil de ellas ingresan diariamente por la frontera con EE.UU. para abastecer a los cárteles y a la delincuencia organizada. El crecimiento ha sido exponencial, considerando que el vecino del norte se mantiene como la hegemonía mundial en producción y exportación de armas; en ese sentido México, por su situación geográfica, se ha convertido en el corredor estratégico de tráfico de armas con otros países como Colombia, el mayor productor y exportador de cocaína a Norteamérica y Europa, ya que el comercio ilegal de drogas necesita de armas para operar a escala mundial.



En el caso de países como Guatemala, El Salvador y Nicaragua –por su historia de insurgencias civiles y guerrillas– han sido proclives a que se armen con notable facilidad, así lo señalan agentes de la Oficina de la ONU Contra la Droga y el Delito (United Nations Office on Drugs and Crime). Sin embargo, la escalada de violencia que sufre nuestro país tiene otras causas que se explican porque el crimen organizado y el narcotráfico han adquirido un enorme poder en los últimos años, gracias a ello dichas organizaciones criminales operan a lo largo y ancho del territorio nacional armadas hasta los dientes, incluso se dice que los grupos delincuenciales superan en armas de alto poder al Ejercito Mexicano.

Un estudio señala que la PGR reconocía en 2002 que la adquisición de armas por parte de grupos delincuenciales era masiva, al grado de convertirse en una problemática que ponía en peligro la seguridad nacional. De ahí que la expansión del tráfico de armas, no se logra entiende r, sino a través del principal productor de armamento: los Estados Unidos, abastece con armas a diversos mercados de forma -legal e ilegal- a través de las zonas fronterizas.



INDUSTRIA QUE ALARMA

Las dinámicas delincuenciales, a nivel nacional e internacional, han delineado un mapa geográfico muy específico de uso y apropiación de armas ilícitas; esta lógica coexiste con la demanda de drogas y su mercado, generando un círculo vicioso que involucra a una serie de actividades delictivas de escala transnacional.

En el caso específico de México existe una enorme paradoja, ya que operativos como "Rápido y furioso" en 2012, han dado pauta para que exista un flujo masivo de armas por medio del cual agentes de la Oficina de Alcohol, Tabaco, Armas de Fuego y Explosivos (ATF) por sus siglas en inglés, permitieron el tráfico ilegal de armamento de EE.UU. a México con la finalidad de rastrear a los grandes narcotraficantes, mientras que, por otro lado, la creciente demanda de armamento por parte de los cárteles de la droga es igual o mayor, ya que las adquieren para combatir contra grupos criminales rivales o contra el gobierno, llámese Secretaría de Seguridad Pública Federal (SSPF), Secretaría de Marina (SEMAR), Secretaría de la Defensa Nacional (SEDENA), con tal de mantener su hegemonía territorial y defender, a toda costa, sus plazas en territorio nacional.

Bajo ese contexto nos preguntamos: "¿por qué en México la impunidad y la corrupción son el caldo de cultivo de fenómenos crecientes como homicidios y secuestros? Escenarios solo entendibles como producto de la violencia originada por las múltiples organizaciones delictivas, mismas que tienen acceso a armamento cada vez más sofisticado.



- Tianguis como El Salado en Iztapalapa o el de la colonia San Felipe de Jesús, (considerado el más grande de América Latina) son puntos importantes del mercado negro de armas.



- Las armas más frecuentes introducidas de contrabando son: AK-47 (cuerno de chivo), AR-15, ambas con disparo automático de 600 balas/minuto, así como fusiles Barret (para penetración de blindajes), así como pistolas de uso exclusivo del Ejército y Fuerza Armada.



- Al cierre del primer trimestre de 2014, el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SNSP) registró en total 4,047 homicidios dolosos, de los cuales 2, 236 fueron cometidos con arma de fuego.

EFECTOS GENERADOS POR EL TRÁFICO DE ARMAS

- Empoderamiento de la ilegalidad y la violencia en las esferas sociales.
- Vinculación de jóvenes a grupos delincuenciales por falta de trabajo.
- Muertes violentas y/o accidentales provocadas por el empleo de armas.
- Uso de armas en jóvenes y adolescentes convertidos en Sicarios.
- Expansión de la narco cultura y de la violencia en cine, música e Internet.

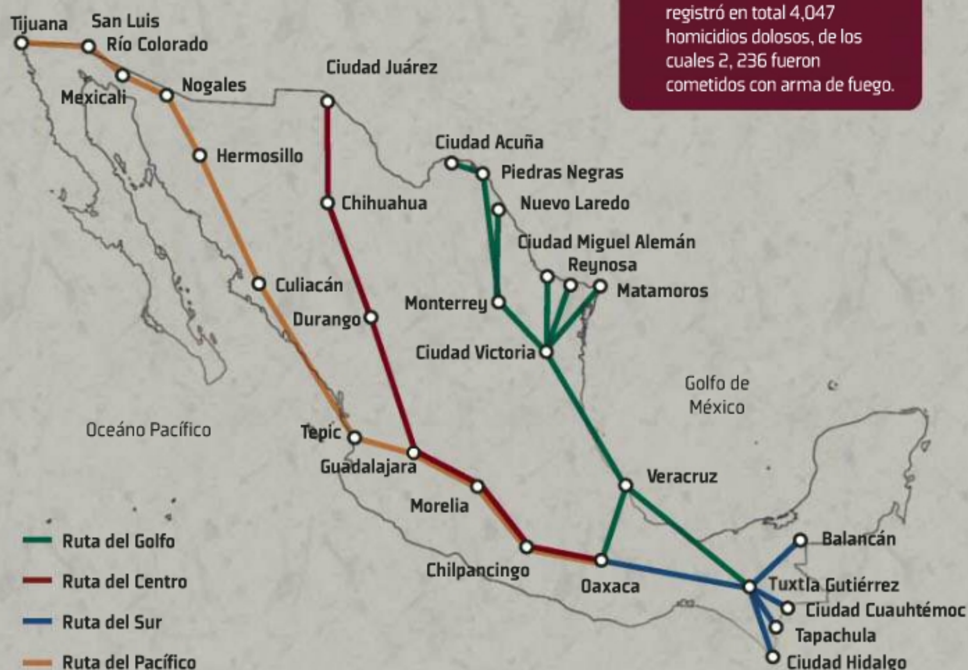
EL TRASIEGO ILEGAL



Se ha identificado que las armas ilegales llegan a Estados Unidos por vía aérea o marítima hasta Guatemala para su distribución en México, centro y Suramérica. Por ello, desde hace más de dos décadas, la frontera sur es considerada la "puerta de entrada" para las armas que nutren al mercado negro mexicano, en donde además existe cierta ventaja, ya que se pueden adquirir sin intermediarios, por lo que es considerado un punto sencillo para la venta y transacción en la frontera Norte; sin embargo, en años recientes la frontera norte ha mostrado gran movimiento de esta actividad ilícita en el trasiego directo de armas.

CRUCES DE TRÁFICO DE ARMAS

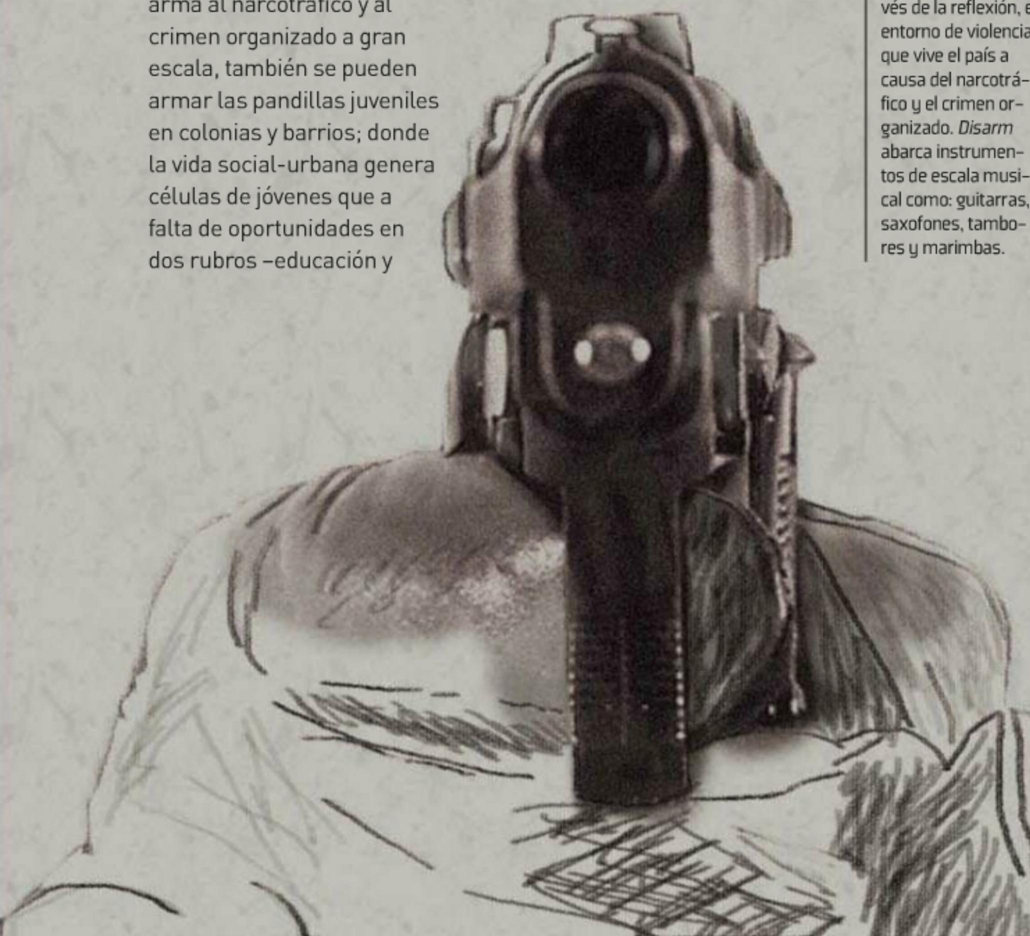
Datos de la PGR, SSP y Sedena, estiman que hay cerca de 19 cruces formales y varios informales de armamento a lo largo de 3,152 kilómetros de frontera. Aquí te mostramos los más importantes:



ARMAS AL MARGEN DE LA LEY

La proliferación, uso y tráfico ilícito de armas han puesto en riesgo la estabilidad de los gobiernos y a la población civil en general, sin excepción; ya que todas las armas antes de que lleguen a manos de los grupos delincuenciales pasan por diversos procesos de adquisición y transferencia, destacándose el primero, como un método de compra-venta legal y lícita que respeta las normas del derecho nacional, misma que rige en el país donde se realiza la transacción.
Posteriormente las armas entran en la vía del tráfico ilícito para ser adquiridas por los usuarios finales, quienes las utilizan casi siempre al margen de la ley, prefigurándose un escenario más inmediato, y así como se arma al narcotráfico y al crimen organizado a gran escala, también se pueden armar las pandillas juveniles en colonias y barrios; donde la vida social-urbana genera células de jóvenes que a falta de oportunidades en dos rubros –educación y trabajo– hace que sean presa fácil de las redes criminales; lo que les permite enfilarse como sicarios o *dealers* y así iniciar carreras delictivas con fácil acceso a todo tipo de armas, mismas que operan con un margen muy amplio, ya que muchas veces se ha probado que las corporaciones policíacas han sido ya cooptadas por las redes criminales.

20 MIL HOMICIDIOS SUCEDEN AL AÑO, POR LO QUE CADA HORA MUEREN DOS PERSONAS.





DISARM... NO+ARMAS NO+VIOLENCIA

El artista y escultor mexicano Pedro Reyes ha creado un proyecto al que bautizó con el nombre de *Disarm*, donde fabrica instrumentos musicales a partir de armas confiscadas. Su trabajo artístico empata la realidad con su sueño de convertir la violencia en paz. Su obra retoma miles de armas y las convierte en instrumentos musicales; de este modo su obra explora, a través de la reflexión, el entorno de violencia que vive el país a causa del narcotráfico y el crimen organizado. *Disarm* abarca instrumentos de escala musical como: guitarras, saxofones, tambores y marimbas.

¿ARMARSE O NO ARMARSE?... ESA ES LA CUESTIÓN

En la actualidad el tema del tráfico de armas se ha convertido en una problemática de seguridad nacional, ya que el 90% de ellas proviene de Estados Unidos, así lo consideran Karla Valenzuela y Ernesto Villanueva autores del libro *Seguridad, armas de fuego y transparencia. Mitos y realidad sobre el derecho de posesión de armas de fuego en México* (Ed.IUS, 2012). Ante esta temible realidad los investigadores se preguntan: ¿Por qué es necesario un debate sobre la portación de armas de fuego en México? Aquí algunas reflexiones que se deben considerar:

01 México atraviesa por una crisis de inseguridad y desconfianza en sus instituciones públicas.

02 Los índices de victimización, violencia y criminalidad son alarmantes.

03 Son pocas las personas armadas que realmente cuentan con licencias.

04 Hay una marcada insuficiencia e incapacidad de las instituciones encargadas de proporcionar justicia y seguridad pública.

05 Además de la inseguridad interna, el país atraviesa por un problema transfronterizo de tráfico de armas.

06 La ley reglamentaria deja en estado de indefensión a la población para usarlas en legítima defensa.

De esta forma observamos que la problemática es multidimensional y compleja, ya que el Estado debería actuar para ofrecerle certidumbre a la ciudadanía, debido a que la violencia en el país ha rebasado cualquier capacidad de raciocinio, ya que el habitante "común" ha sido dejado en completa indefensión para volverse solo un testigo de la "Ley de Herodes". H

¿QUÉ NECESITAS PARA SER CANDIDATO?

DONADOR DE ES

HAY BANCOS FINANCIEROS, BANCOS DE PECES, BANCOS DE ÓVULOS, BANCOS DE ZAPATEROS Y AHORA BANCOS DE SEMEN. HAZ TU OBRA DEL DÍA Y ACUDE A DONAR.

POR **NORBERTO GARCÍA**

Somos más de 118 millones de mexicanos y, aunque no lo creas, muchos compas son como un lote baldío: estériles. De ahí que a lo mejor debas solidarizarte y acudir al banco más próximo a donar tu lechita, así engrandecerás tu ego de macho, qué no. Según datos del INEGI y de la Secretaría de Salud, 3 de cada 10 parejas no pueden tener chilpayates. Antes les echábamos la culpa a ellas, pero hoy sabemos que hay muchos machines anómalos "...ya sea por infecciones en las vías urinarias, problemas testiculares congénitos, baja de esperma, contaminación, estrés... Además existe la 'torsión testicular', en la que el testículo se tuerce dentro del escroto y pierde el suministro de sangre; si no se revisa a tiempo, el problema va desde la infertilidad hasta perder definitivamente el testículo", afirma Abel Avilés, director de laboratorio del Instituto Valenciano de Infertilidad (IVI), afincado desde 2004 en el D.F.

Y como este, y debido a las dificultades masculinas que se están dando para concebir, abundan en México bancos de esperma para que todo buen samaritano haga su buena obra del día.

¿QUÉ NECESITAS?

• Tener entre 18 y 30 años.

• Disposición para donar y/o vivir cerca de una clínica de Reproducción Asistida.

• Estatura mayor a 1.75 m, complexión delgada, preferentemente con estudios superiores.

• No tener vicios (cero alcohol, cigarro o marihuana).

• Estar sanotes al 99.99%, y esto va también para la mente.

PERMA

Para verificar esto serás sometido a un racimo de pruebas físicas, psicológicas y de laboratorio: te picarán, orinarás, defecarás, escupirás y dibujarás un mono dentro de una casa con ventanales. Hay que descartar Sida, Hepatitis, Mano Anárquica y tantos taches hereditarios y venéreos. "La donación de esperma es un acto voluntario -dice Abel-, solidario y altruista mediante el cual, un varón sano y con una muy buena calidad de semen realiza una donación del mismo para hacer realidad el sueño de una pareja que tiene problemas de infertilidad".

VÉNGASE AQUÍ...

¿Cómo te imaginas un banco de semen? Tal vez maquines la idea de una película XXX, en donde las enfermeras visten ajustaditas y caminan en tacones para excitar a los donantes para que se "vengan" en frasquitos de plástico. La realidad es otra:

1. Por lo general estos lugares son como cualquier hospital promedio en el que se ofrecen técnicas de reproducción asistida.

2. Entras, te registras y te llevan a un cuarto privado donde encuentras estímulo visual: revistas y videos porno. No hay enfermeras cariñosas que te echen una manita.

3. Entre 10 y 15 minutos le "jalarás el cuello al ganso" hasta que aprietes los glúteos, te espasmes, respires rápido y lances un alarido. Un orgasmo es como si bajaras por la montaña rusa, y no hay forma de parar esa sensación que te deja descerebrado.

4. Tendrás que ingeniártelas para que en pleno clímax salpiques de 1 a 5 mililitros de semen dentro del frasquito (plástico-estéril), pues debe estar en el laboratorio antes de una hora.

14
DE CADA 100 CANDIDATOS SON ADMITIDOS. ES DECIR, EL SEMEN MEXICANO ANDA DE CAPA CAÍDA.



EN EL MICROSCOPIO SE ANALIZA EL ESPERMA PARA VER SI ES APTO.

CONTEO DE ESPERMA

Los médicos checarán de qué lado mascan tus espermatozoides: concentración y morfología; es decir, cuántos son, cómo son, qué hacen y cómo lo hacen. Si te "vienes" en gotas y tu líquido es paliducho y sin vida, es posible que no califiques. Según la OMS, una muestra debe concentrar más de 20 millones de renacuajitos por mililitro de semen. ¡Uf!, qué esfuerzo. Supón que arrojaste un chorro a 45 km/hora y el lente de aumento y los especialistas revelan que son millones, sanos, enteros, veloces y derechitos, entonces se les congela, entran en cuarentena por un tiempo, se les descongela... y deben reafirmar su virilidad; corroborar que "aquellitos" no estaban fingiendo. Hay veces que los espermas se congelan cual paletas de limón, pero al tratar de descongelarlos... ni con el sol a plomo. Esto con el fin de garantizar que haya una óptima recuperación.
Si todo va bien, se congela nuevamente en espera de una potencial receptora.

*¿SABÍAS QUE...?

LA CÉLULA MÁS GRANDE DEL CUERPO HUMANO ES EL ÓVULO; LA MÁS PEQUEÑA ES EL ESPERMATOZOIDE. 175,000 DE ESTOS PESAN TANTO COMO UN ÓVULO.

DEL CONGELADOR A LA BATIDORA

La muestra se coloca en un equipo, parecido a una batidora, que le dará consistencia grumosa; al salir de este procedimiento, el esperma adquiere forma de perlitas. Después se vierte en criotubos, específicamente clasificados, los cuales van directamente a tanques que contienen nitrógeno (parecen contenedores de leche); una vez adentro, la temperatura comienza a bajar hasta alcanzar un −196°C y los tubitos se congelan hasta por 12 años.
Después de ahí te darán un varo y nadie sabrá que existes; ni la potencial inseminada sabrá de ti, ni tú de ella. Absoluto anonimato, ya que las leyes de muchos países, como México, prohíben tajantemente revelar el destino u origen del esperma donado. Países como Inglaterra, Nueva Zelanda, Suecia, Noruega, Holanda y Canadá, entre otros, han modificado sus estatutos para que el donante ya no sea tan anónimo y, en dado caso, darle oportunidad a los futuros hijos de conocer el cómo y el quién.



LA MUESTRA DE SEMEN SE EXPONE AL CENTRIFUGADO.

EL ESPERMA SE VIERTE EN CRIOTUBOS PARA SER PRESERVADO.



COPIOSOS Y CON PEDIGRÍ

ÍNDICE DE FECUNDIDAD DEL ESPERMA:

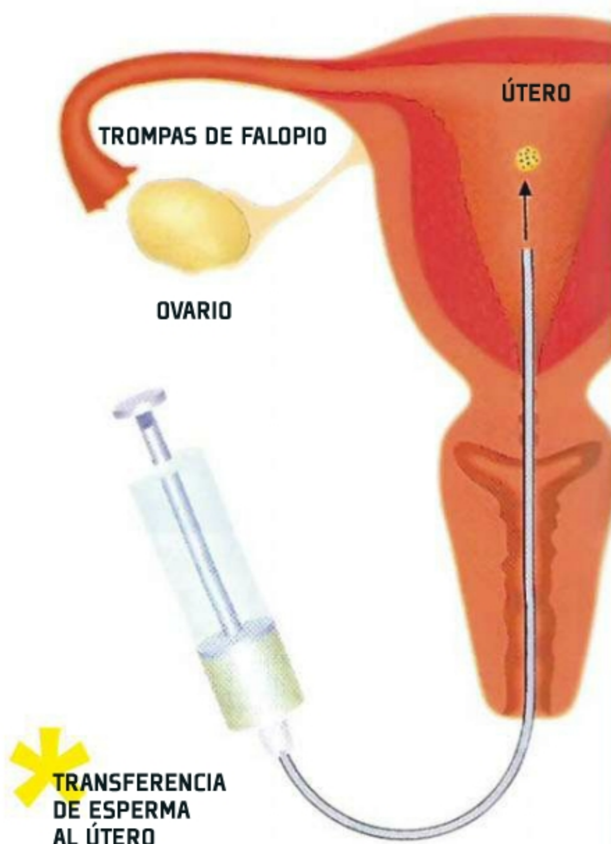
- DE 40 A 60 MILLONES:
  Detentas una fecundidad de media a alta.
- DE 20 A 40:
  La fertilidad es posible contigo.
- DE 10 A 20:
  Es poco probable que fertilices.
- MENOS DE 10:
  Pa' qué te cuento...



MENÚ A LA CARTA

Si calificas como donador, tu espeso semen, y amiguitos que lo acompañan, pasará de tus cómodos y calientes testículos a un helado contenedor de nitrógeno líquido para mantenerlo vivo en espera de una potencial receptora.

"En la donación de semen hay una compensación económica para subsanar las molestias ocasionadas -apunta Abel-, fijada desde acorde al gasto que realizan los donantes para transportarse a nuestra clínica, y esta compensación es alrededor de 500 a 700 pesos por muestra criopreservada" que ya está lista para hacer niños.



¿NO PUEDES?

Si sus Trompas de Falopio son aptas y tú penosamente eres el que "no puede" y desean tener herederos, no hay más que acudir al banco, retirar tus ahorros y enseguida ir al otro banco, el de semen, para que ella se realice una inseminación in vitro.

Los costos varían; todo depende de la complejidad que se tenga para procrear.

"La inseminación es un tratamiento de los que se consideran de baja complejidad y puede llevarse a cabo con semen de la pareja o de un donante, en IVI puede tener un costo de alrededor de 15 a 20 mil pesos. A nivel nacional e internacional IVI tiene más de 50,000 recién nacidos vivos por técnica de Reproducción Asistida", aclara nuestro entrevistado.

300 A 400 MILLONES: NÚMERO DE ESPERMATOZOIDES EN UNA EYACULACIÓN.

15 A 20 CM: DISTANCIA DE UNA "VENIDA" (PUEDE ALCANZAR 1 M).

25 G PESAN LOS TESTÍCULOS (UN CHOCOLATITO).

45 KM/H: VELOCIDAD DE UNA "VENIDA".

23 CROMOSOMAS SE ENCUENTRAN EN LA CABEZA ENGROSADA DEL ESPERMATOZOIDE (EL NÚCLEO), QUE ES PARECIDO A UN RENACUAJO.

8 DE CADA 100 MUJERES YA NO DESEAN TENER SEXO PARA PROCREAR, SINO POR PLACER.

1,000 ESPERMATOZOIDES POR MINUTO FABRICAN TUS TESTÍCULOS; EN EL INTERIOR DE CADA UNO HAY UN SISTEMA DE 630 M DE CONDUCTOS LLAMADOS "TÚBULOS SEMINALES".



FÁBRICA Y MATERIA PRIMA

Los testículos varían de tamaño y cada uno pesa lo que un chocolatito: alrededor de 25 g. En la mayoría de nosotros el derecho es más alto que el izquierdo; uno maduro se halla entre los 10 y los 10.5 cm de longitud y de los 5 a los 5.5 cm de ancho, pero en algunas enfermedades como la elefantiasis, los testículos pueden alcanzar proporciones mayores a la cabeza del paciente: eso es tener "muchos h...". Tus testículos fabrican 1,000 espermatozoides por minuto y en el interior de cada testículo hay un sistema de 630 m de túbulos seminales.

¿TÚ DONAS?

Sin duda el tema es muy polémico, por eso **H** se fue a la calle a preguntarle a potenciales donadores... y estas fueron sus respuestas:

+ "No sé, pero yo lo veo como andar dejando hijos regados, tendría que haber un lazo muy fuerte con un amigo... o con su esposa, je". **Xavier, 29 años**

+ "Si es altruista, sí, pues esto es como donar sangre para quien la necesita". **Óliver, 27 años**

+ "No, y no es porque no sea altruista, sino imagínate, los bancos te dan $700... y ellos en cada inseminación cobran hasta $30,000, ¡vaya negocio para ellos!". **Iván, 33 años**

+ "Si me dan más lana, sí, y que me hagan un contrato en donde se especifique que después no habrá manutención, tareas, pensión y viernes de toca". **Mateo, 30 años**



LA CLÍNICA PAGA POR MUESTRA ALREDEDOR DE UNOS 600 PESOS.

+ "No, pues hay tantos niños que desean ser adoptados". **Jairo, 27 años**

+ "Yo me masturbo diario... y saco un buen de semen. Si lo hago gratis, mejor que me paguen". **Anónimo**

¿DONAR O NO DONAR?

Es un tema que arranca polémica entre dimes y diretes, aunque en el fondo, y por el narcisismo masculino, muchos lo harían, tanto más que, con el "ego sumiso", un buen acepta con beneplácito hacerse cargo de un bebé que no es el suyo. La ley establece que la donación de cualquier especie no debe tener fines de lucro, así que si pensabas hacerte de mucho varo, déjame reírme; más bien hazlo por tus compadres. Si acaso la clínica te dará $500 por tus 20 millones.

CLÍNICA IVI

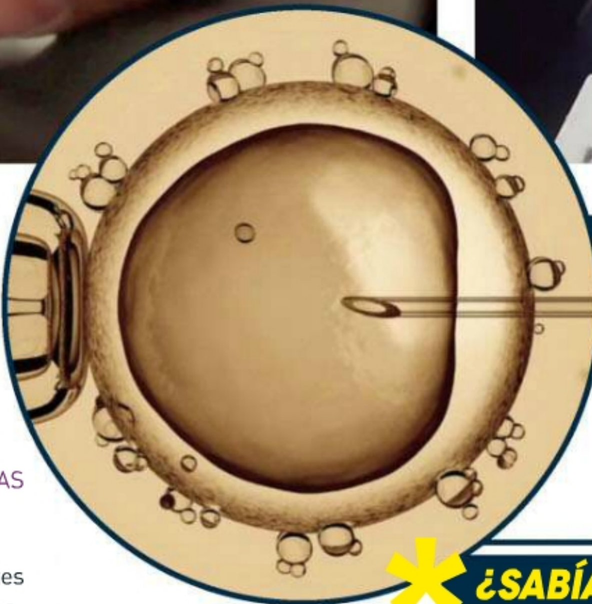
El Instituto Valenciano de Fertilidad en el D.F. es el primer banco de semen registrado como tal ante la Secretaria de Salud; hoy en día se han multiplicado este tipo de clínicas. Sin embargo, la citada tiene la particularidad de ser 100% nacional. Otras instituciones se abastecen de espermatozoides gringos o canadienses, el Valenciano únicamente de mexicano y de todas las razas étnicas de nuestro país.

30 a 35 AÑOS ES LA EDAD DE LA MUJER EN LA QUE SUS ÓVULOS SON MÁS RESISTENTES Y SANOS, Y MÁS APTOS PARA SU FERTILIZACIÓN.



LOS ESPERMATOZOIDES SON SOMETIDOS A MUCHAS PRUEBAS DE FERTILIDAD.





LA INSEMINACIÓN *IN VITRO* ES UNA BUENA OPCIÓN PARA MUCHAS PAREJAS QUE DESEAN AGRANDAR SU FAMILIA CON HIJOS.

• ¿CUÁNTOS VARONES LLEGAN AQUÍ POR DÍA O POR MES?
No hay un número definido; tal vez dos o tres por día.

• DE ÉSTOS, ¿CUÁNTOS CUMPLEN TODO EL TRÁMITE?
Varía y esto depende de la calidad de la muestra, pues de cada tres posibles donantes, dos cumplen con los criterios para serlo.

• ¿LOS QUE CUMPLEN REGRESAN PARA HACERLO NUEVAMENTE?
Sí, claro, ya que se debe tener una reserva de muestras criopreservadas para su utilización.

• ¿CUÁNTOS DONANTES TIENEN EN ESTE MOMENTO?
Alrededor de 20 a 30 donadores.

• ¿CUÁL ES SU NÚMERO DE MUESTRAS LIBERADAS AL MOMENTO?
Al día de hoy 25 donantes se encuentran liberados con estudios serológicos y genéticos negativos, los cuales pueden ser utilizados para los distintos tratamientos que ofrece la clínica IVI de México.

• ¿CUÁL ES EL SENTIMIENTO MASCULINO A LA HORA DE DONAR SEMEN?
La mayoría de nuestros donantes son universitarios y también son conscientes de la necesidad que tienen algunas parejas que, por distintas razones, no pueden lograr una gestación con sus propios células sexuales; yo considero que en su mayoría los donadores lo hacen de una manera altruista y desinteresada.

En IVI atienden psicólogos, médicos y, sobre todo, ginecólogos con especialidad en Biología de la Reproducción.
Distrito Federal: Periférico Sur #3325, Col. San Jerónimo Lídice.
Tel. 5377 1740.



¿QUIÉN ACUDE A DONAR SEMEN?

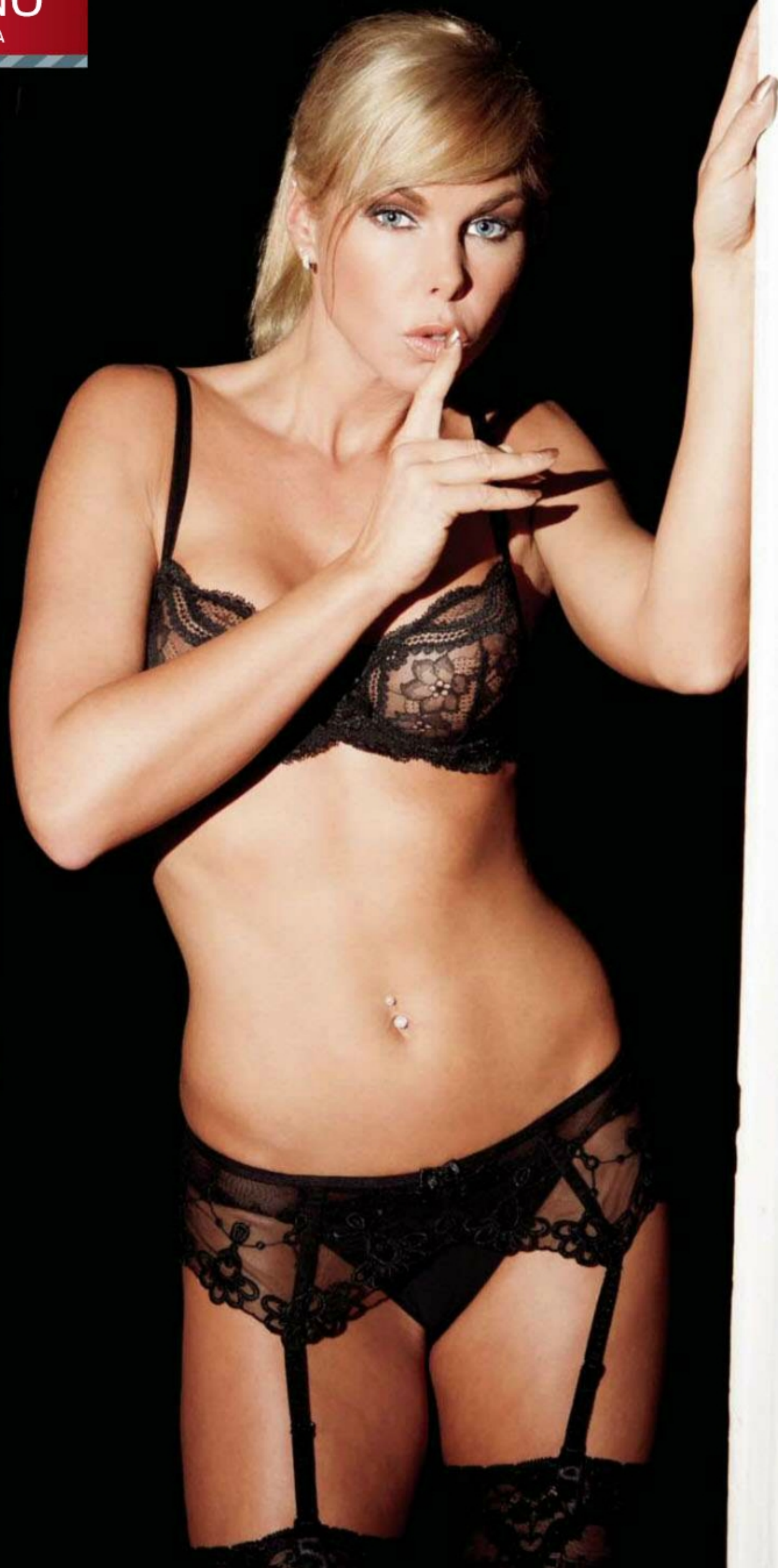
PERFIL DE LOS DONANTES:

+ Hombre que desea dejar su semilla en "puerto desconocido".
+ Hombre con fines de lucro: 500 pesos de "compensación".
+ Hombre en vísperas de una vasectomía.
+ Hombre ante una quimioterapia o radiación.
+ Hombre que desean congelarlo para cualquier contingencia (debe pagar 4 mil chuchulucos: 2 para congelar la muestra y 2 para darle mantenimiento).

¿SABÍAS QUE...

QUIEN DESCUBRIÓ LOS ESPERMATOZOIDES FUE UN ESTUDIANTE LLAMADO LUDWIG HAMM EN 1677?

UN DÍA LLEVÓ UNA BOTELLA QUE CONTENÍA SEMEN Y LA PUSO EN UN MICROSCOPIO, ADVIRTIENDO QUE HABÍA "PEQUEÑOS ANIMALITOS" QUE SE MOVÍAN DENTRO. FUE HASTA FINALES DEL SIGLO XVII CUANDO SE DIERON CUENTA DE QUE ESOS "ANIMALITOS" ERAN ESPERMATOZOIDES ANSIOSOS POR PENETRAR UN OVARIO.



SEXO PRONTO Y SIN COMPROMISO

Sin duda tener y pedir sexo ya no es una exclusiva masculina; hoy son ellas quienes hasta lo exigen en sus muy variadas formas, pero también sin ataduras ni prejuicios en internet, donde lanzan sus mejores anzuelos en solicitudes y sitios que se llenan de mensajes, sugerencias, peticiones, súplicas y demandas.

Así es, y no me refiero a sexo vendido, sino a sexo "exigido", casual, pronto y sin ataduras económicas ni emocionales. ¿Por qué? Del colchón se caen racimos de mujeres insatisfechas o frustradas sexualmente, aburridas y hartas del *machus silvestri*: prepotente, dominante, salvaje, inexpresivo y con la pistolita más rápida del Oeste, el cual solo busca en la cama el placer propio y expedito, pues no sabe de besos, caricias, lamidas, pellizquitos, mordiscos, nalgadas y demás consabidos que todos conocemos.

Mujeres libres e independientes hacen un urgente llamado en múltiples espacios de la red esperando hallar, no a su media naranja o alma gemela; no a un tipo atractivo, inteligente o romántico, sino a un semental de alto rendimiento, uno con la mente más imaginativa; que haga, ponga, invente, acomode y hasta pervierta. Un vigoroso macho que prometa y ofrezca un rosario de orgasmos allí, acá y acullá. Solo una noche de placer que saque a su calenturiento alter ego.

"Sin duda el mundo ha cambiado drásticamente- afirma el psicólogo Franco Urbina-. El amor también lo ha hecho drásticamente; el sexo ha perdido esa condición moralista, obscena y clandestina, pues ha cambiado radicalmente la forma de darlo y recibirlo. En este contexto la red se ha vuelto una herramienta imprescindible para darle rienda suelta a nuestros instintos... y los de las mujeres de hoy".

MADURAS SIN TAPUJOS

Las *cougars* (pumas) son una camada de mujeres mayores de 30 año que se anuncian en internet, buscando sexo sin cenas románticas.

Ellas van directo a la penetración con hombres mucho menores; son mujeres otoñales que guardan un clima de primavera que les quema las entrañas. Son atractivas, exitosas, cachondas, sin prejuicios, divorciadas, viudas o "quedadas" que buscan gozar al máximo su sexualidad.

Perfil del usuario

Portales, sitios y páginas que te seducen e invitan para tener un encuentro carnal sin el menor grillete emocional. ¿Quién puede entrar? Solteros, viudos, casados, comprometidos y todos aquellos hombres que anhelan algo diferente de alguien que desea algo diferente.

En la entrada de *relacionessin compromiso.com* se lee: "Soy una mujer casada e infiel. A mi marido lo sigo queriendo, pero la pasión ha desaparecido de nuestro matrimonio, y yo necesito sentirme deseada y satisfecha".

Aquí no llenarás largos cuestionarios sobre gustos, estilo de vida, religión, etc., sino únicamente preguntas sencillas como tu posición favorita, si te gusta el sadomasoquismo, las "rusas" o si gozas con el sexo oral. También es imprescindible una foto y datos que van desde el color de tu cabello, edad, talla, peso, textura, tamaño y grosor de tu miembro (todo comprobable); ellas solo ojearán el menú y elegirán para satisfacer su apetito carnal. Deja que te utilicen, que tu dignidad de macho sea de su uso personal hasta saciar sus múltiples deseos y hacerlas gozar como hembras en celo.

NO ME COMPRENDEN

Sexo sin compromiso significa: no te conviertas en buzón de quejas; no le cuentes tus traumas ni tus aspiraciones en la vida; solo penetra, dispón, grita; dale duro, fuerte y por las coordenadas más lubricadas y placenteras.

NÚMEROS

El amor y el sexo en la red se hallan dentro de los ítems más buscados. Sitios como Match.com tienen más de 5 millones de visitantes al mes y *Adult Friend Finder* 24 millones; en ellos impera el sexo sin cortapisas.

Actualmente la mayoría de los internautas son mujeres y conocer gente en chats, foros y blogs, podría ser una puerta fácil al engaño.

¿Qué necesitas?

Ser mayor de 18 años y entrar a sitios especializados y tan saturados como (solo por nombrar algunos):



relacionessincompromiso.com



madurabuscajoven.com



libertinas.com

» Las mujeres son cada vez más desinhibidas y no se les tacha de prostitutas.

Precauciones

Conócete y sé honesto contigo mismo por aquello que después te sientas culpable; pregúntate por qué deseas tener un rapidín sin mucha plática y si de verdad lo vale.
Visita lugares confiables y seguros, y sé discreto, pues la discreción es como el preservativo en el mundo virtual. Los hay para gente aventurera y de mente abierta a la que le gusta el placer de lo desconocido y experimentar la adrenalina. Por si las dudas, avísale a tu mejor amigo dónde estarás; en tu casa ni por error. Mantén esta relación fuera de tu territorio, para eso hay hoteles, y si algo te da mala espina, huye.
No sabrán nada el uno del otro, por lo que la cautela te será imprescindible; asegúrate de tomar los recaudos necesarios y USA SIEMPRE CONDÓN.

Pueden suceder muchas cosas, mas cuando termines nada de prometer ni pedir exclusividad, ni salidas al cine, ni teléfonos, direcciones o historias personales. Sin expectativas, por favor. Por nada del mundo TE INVOLUCRES SENTIMENTALMENTE, pues te puede dejar una terrible sensación de vacío existencial o de soledad. Cuando entres, ciérrale la puerta a Cupido; ella tiene su vida, tú la tuya, por eso nada de interrogatorios ni actuaciones. "Sin embargo -aclara el psicólogo-, no involucrarse emocionalmente es complicado, porque los cuerpo se liberan de la ropa y simultáneamente se visten de anhelos, sueños y expectativas, mismos que podrían llevarlos a un aislamiento de la realidad en el que ella y él se pertenecen en una reciprocidad corporal y líbida".

6 MOTIVOS POR LOS QUE DEBES ACUDIR A UN LLAMADO ERÓTICO:

01 **En lo que aparece tu otra historia**. Un empleo temporal, pues.

02 **Estás más solo que *forever alone*.** Una pizca de pimienta es bueno para darle intensidad a tu vida aburrida.

03 **Te han roto el corazón** o tu relación terminó entre lágrimas (las tuyas). Aunque ojo, el sexo casual no funciona si lo haces por despecho o por venganza.

04 **Eres un hombre anticompromiso**; te dan alergia las palabras "amor" y "matrimonio" y, de plano, ya no quieres perder tiempo en cortejo y manitas sudadas.

05 **Anhelas una relación extraconyugal**, pues tu vida sexual está entre el buenos días y pan con lo mismo, entre la rutina y la monotonía, es decir, necesitas la chispa fuera de tu relación. Piénsalo a conciencia para no herir sentimientos.

06 Muchas veces, cuando el encuentro no es planeado, el sexo causal te ofrecerá esa **intensidad libidinosa** del momento. Placer, diversión, adrenalina, algo desconocido; cero rollos, estrés, obligaciones, o sea, ser tú sin ser tú.



En suma...

Probablemente nunca vuelvas a ver a esa desconocida, por lo que sé espontáneo, da rienda suelta a tus instintos más cachondos: explora, fantasea, juega, muerde, nalguea, besa, acaricia, pon, dispón y sumérgete en lo más hondo de sus íntimos y estrechos resquicios. Descárgate, sé feliz orgásmicamente y hazla sentir deseada; que la oxitocina empape su cuerpo y sé un amante integral. "Tener sexo sin amor es una decisión muy subjetiva que parte de la convicción de satisfacer el deseo por el otro", afirma nuestro especialista.

TRIVIA

Michel Germain y **H** tienen dos fragancias disponibles para que seduzcas a las chicas: **séxual STEEL** y **séxual NOIR**. Ganan los dos primeros en enviar un correo con su nombre completo a trivias_h@notmusa.com.mx (solo D.F.)





fuegodevida.com



casualclub.com



citaspicantes.com



SE LA LLEVAN CACHETONA

RETAGUARDIAS DE VANGUARDIA

CANDICE SWANEPOEL

HACE POCO LA MODELO SUDAFRICANA SE RELAJÓ EN MIAMI Y LUCIÓ UN CUERPAZO EN ESTE DESTINO PARADISÍACO; SIN EMBARGO, SE VIO AÚN MÁS ESPECTACULAR EN LAS PLAYAS DE BRASIL, CUANDO EN UNA SESIÓN DE FOTOS VISTIÓ UNA TANGA QUE NO DEJÓ LUGAR A DUDAS DE QUE TIENE UNA DE LAS MEJORES RETAGUARDIAS DE ESTE PLANETA.









PATY DÍAZ

ESTA BELLA MORENAZA REALIZÓ POR PRIMERA VEZ UN SEMIDESNUDO EN LA CINTA MEXICANA *LOS FABULOSOS SIETE*, EN DONDE PERSONIFICA A LA CORISTA DE UN GRUPO. LA ACTRIZ RECONOCIÓ QUE A LA HORA DE FILMAR HUBO UN POCO DE NERVIO Y VERGÜENZA, PUES AFLORÓ EN ELLA ESE SENTIDO DE PUDOR. EN LA TRAMA DEL FILME, ELLA DECIDE OFRECER FAVORES SEXUALES PARA SOBRESALIR EN EL MUNDO DE LA MÚSICA. ¿A POCO NO LE HACÍAS EL FAVOR? DISFRUTA EL VIDEO EN *HTTP://ANCENSORED.COM/CLIP/LOS-FABULOSOS-7/PATY-DIAZ/66396*

NOCOLE SCHERZINGER

LA NOVIA DEL PILOTO INGLÉS LEWIS HAMILTON NOS HA DADO MATERIAL PARA ESTA GUSTADA SECCIÓN, Y ES QUE LA QUE FUERA UNA DE LAS INTEGRANTES DE THE PUSSYCAT DOLLS, SE DEJÓ VER EN UN YATE EN EL PRINCIPADO DE MÓNACO CON UNA AMIGA Y CON EL HERMANO DE HAMILTON. UN PAPARAZZI NOS COMPARTIÓ ESTAS IMÁGENES DE LA CANTANTE DE 35 AÑOS, LUCIENDO UNA FIGURA DE *GRAND PRIX*.







>> La bebida favorita de Samantha es el tequila. Con ella sí me echaba unos caballitos.

KIM KARDASHIAN

PARA QUIENES DECÍAN QUE LA RENOVADA ANATOMÍA DE KIM TRAS SU PRIMER EMBARAZO ERA OBRA DEL RETOQUE, LA *SOCIALITÉ* PRESUMIÓ SUS CURVAS (87-66-99) EN UN *RESORT* DE TAILANDIA; AHÍ MOSTRÓ UNO DE LOS ATRIBUTOS QUE LA HAN HECHO UNA ESTRELLA MEDIÁTICA: SU TRASERO. PRODUCTO DE CIRUGÍAS O QUIZÁ DE SESIONES DE GIMNASIO, LA PAREJA DEL RAPERO KANYE WEST LUCIÓ COMO EN SUS MEJORES AÑOS DE SOLTERA, VISTIENDO UN BIKINI BEIGE QUE RESALTABA SU FIGURA.





SAMANTHA HOOPES

ELLA ES UNA MODELO TREMENDAMENTE HERMOSA QUE RECIENTEMENTE POSÓ PARA LA MÍTICA PUBLICACIÓN *SPORTS ILLUSTRATED SWIMSUIT 2014*. A SUS 23 AÑOS ESTA PRECIOSIDAD ESTADOUNIDENSE TIENE UN CUERPO DE INFARTO. NOSOTROS SÍ LE DÁBAMOS... EL TÍTULO DE "NOVATA DEL AÑO" DE *SPORTS ILLUSTRATED*.





CATALINA OTÁLVARO

NO EXISTE NADA MEJOR PARA RESALTAR LA BELLEZA FEMENINA QUE LA LENCERÍA DE LA MARCA BÉSAME VESTIDAS POR LA MODELO CATALINA OTÁLVARO, QUIEN NACIÓ EN LA CIUDAD DE CALI, PERO HA RADICADO LA MAYOR PARTE DE SU VIDA EN MEDELLÍN. ACTUALMENTE ESTUDIA DERECHO E INGLÉS Y COMPARTE SU CARRERA CON SUS DOS GRANDES PASIONES: LA GUITARRA Y EL MODELAJE. CATALINA HA SIDO IMAGEN DE RECONOCIDAS MARCAS DE ROPA Y HA ESTADO EN LA PORTADA DE IMPORTANTES REVISTAS COLOMBIANAS.

HECHOS PARA PECAR...

CUERPAZOS DEL DELITO

NICOLE FOX

ESTA HERMOSA MUJER ESTADOUNIDENSE, DE TAN SOLO 21 AÑOS, SALTÓ A LA FAMA TRAS PROCLAMARSE GANADORA DE LA 13ª TEMPORADA DE *AMERICA'S NEXT TOP MODEL*; SIN EMBARGO, PARECE QUE EL MUNDO DE LA MODA NO SATISFACE TODAS SUS INQUIETUDES Y AHORA PRUEBA FORTUNA EN EL CINE.
DE MOMENTO LLEVA DOS PELÍCULAS, PERO DESTACA EN LA CINTA *REDLANDS* DE ESTE AÑO, DONDE NOS DEDICA UNA FANTÁSTICA ESCENA EN LA QUE SE VA QUITANDO LA ROPA HASTA DELEITARNOS CON UN DESNUDO INTEGRAL. ¡QUÉ MARAVILLA!









LADY GAGA

LA CANTANTE CONTINUÓ CON SU GIRA *ARTRAVE* EN NUEVA YORK, LA CUAL INCLUYE CAMBIOS DE VESTUARIO, DESNUDOS EN VIVO Y VARIAS PLATAFORMAS QUE LE PERMITEN A LA DIVA PASEARSE ENTRE SUS SEGUIDORES. ESTA FUE LA SEXTA PARADA DE ESTA GIRA, QUE ARRANCÓ EL 6 DE MAYO EN FLORIDA.



CARA DELAVIGNE



ES UNA DE LAS MODELOS MÁS CONOCIDAS DEL MOMENTO Y CUENTA CON UN BUEN NÚMERO DE SEGUIDORES; EN SU ÚLTIMA SESIÓN DE FOTOS APARECE DESNUDA PARA *I-D MAGAZINE*, DOS MESES DESPUÉS DE SER PILLADA HACIENDO *TOPLESS* JUNTO A SU ENTONCES PAREJA, MICHELLE RODRIGUEZ.



NABILLA BENATTIA

El festival de Cannes 2014 nos dejó grandes momentos, como este delicioso descuido de la joven modelo francesa, Nabilla Benattia. En su llegada al estreno de la cinta *The Homesman*, el sujetador de Nabilla se fue hacia abajo por su parte derecha, por lo que las transparencias no pudieron impedir que su pecho se viera de una forma nítida y que muchos canijos le echaran los canes.



EL MUNDO ES REDONDO

CALANDO MELONES

SCOUT WILLIS

La hija de Demi Moore y de Bruce Willis nos compartió fotografías en las que aparece en *topless* mientras pasea su palmito por las calles de Nueva York. Esto lo hizo bajo la iniciativa #FreeTheNipple, con la que se pretende normalizar los desnudos en redes sociales como Instagram o Facebook, que bloquean cuentas por el hecho de que quede un pezón a la vista.



MELLISA CLARKE

Esta belleza "alternativa" inglesa tiene 20 años y destaca por su delicada piel adornada por tatuajes y por tener unos ojos verdes que hipnotizan.
Su carrera levantó el vuelo desde que participó en la página web de las *Suicide Girls*, un sitio que presenta a la mujer desde una óptica distinta, mostrando a chicas con *piercings*, tatuajes y cabello teñido.
Mellisa balancea el modelaje tradicional con el de glamour y ha aparecido en revistas del calibre de *Maxim* y *FHM*. En esta ocasión nos comparte *selfies* donde nos deleita con sus bien formados pechos.





primavera verano 14


MOD. 12888


MOD. 12786



MOD. 12787


MOD. 12844


MOD. 12871


MOD. 12631



MOD. 9937





FERRATO®